

INFO SENIORS
OCTOBRE 2026 – MARS 2027

Organisation	Activités récurrentes	Activités ponctuelles	Services / Conférences
--------------	--------------------------	--------------------------	---------------------------

La Commission des seniors (ComSen) organise diverses activités récréatives régulières ainsi que des événements ponctuels qui sont réservés aux personnes de 60 ans et plus. Elle propose également des services, tels que des ateliers de soutien informatique et des transports pour les gens du village (TGV).

Parfois, certaines activités peuvent être déplacées ou annulées. Pour recevoir les informations rapidement, nous vous invitons à vous inscrire au groupe WhatsApp

« Activités Seniors » au 079 229 87 19 ou par email : seniors@cheyres-chables.ch

La commission Seniors (ComSen)

- Angelo Balestra
- Denyse Chanez
- Antoine Curty
- Cindy Sgoifo Crottaz, animatrice socio-culturelle
- Martha Moullet
- Gérard Schmutz
- Marie-Rose Siegmund

Marches, tous les 2 lundis**Départ Cheyres, grande salle**

à 14h00 les 5 octobre, 2 et 30 novembre, 25 janvier, 22 février, 22 mars

Départ Châbles, grande salle

à 14h00 les 19 octobre, 16 novembre, 14 décembre, 11 janvier, 8 février, 8 mars

Pour les personnes qui se déplacent de Cheyres à Châbles ou vice versa, le rendez-vous est avancé de 15 minutes afin d'organiser du covoiturage.

Jeux, tous les 2 lundis dès 14h00**Cafétéria de la grande salle à Châbles**

12 et 26 octobre, 9 et 23 novembre, 7 et 21 décembre, 4 et 18 janvier, 1^{er} et 15 février, 1^{er} et 15 mars

Venez jouer aux cartes, à des jeux de société. Chacun peut apporter son jeu favori afin de le faire connaître à d'autres participants.

Gymnastique des aînés

Cheyres : grande salle, tous les mardis de 16h00 à 17h00

Châbles : grande salle, tous les mardis de 19h00 à 20h00

Tables de bistrot, les premiers mercredis de chaque mois dès 11h30

(Réservation obligatoire, au plus tard le lundi précédant le repas. Attention places limitées à La Grappe !).

A La Sarcelle : 7 octobre, tél. 026 663 81 33

A La Grappe : 4 novembre, 2 décembre, 6 janvier, 3 février, 3 mars, tél. 026 663 55 55

Venez savourer un menu du jour avec dessert et café au prix de CHF 21.- et passer un moment de convivialité qui vous permettra de faire de nouvelles connaissances.

Cafés-contacts, tous les jeudis dès 09h30 à 11h00

« Rencontrer l'autre, c'est se reposer un peu de soi » **Alexandre Jollien**

Chez Anny : mars, avril, mai, juin

A la Sarcelle : juillet, août, septembre, octobre

A La Grappe : novembre, décembre, janvier, février

Ces rencontres sont empreintes de simplicité, de spontanéité, de positivité, de bienveillance et de convivialité.

Rencontre autour des livres, les 2^e et 4^e mercredis de 13h45 à 15h15

Cafétéria de la grande salle de Châbles

14 et 28 octobre, 11 et 25 novembre, 9 et 23 décembre, 13 et 27 janvier, 10 et 24 février, 10 et 24 mars.

Vous aimez lire et partager vos lectures (tous les sujets sont possibles: roman, jardinage, voyage, humour, cuisine, etc.) Venez échanger avec votre livre dans la bonne humeur.

Sur inscription par SMS ou WhatsApp auprès de Gilles Baeriswyl au 076/304 11 47

Yoga sur chaise, tous les jeudis de 13h45 à 14h45

Salle de paroisse, Chemin-Neuf 9 à Cheyres

Sur inscription par WhatsApp. Marion Schmutz tél. 076 679 71 92

Jeux d'aiguilles, tous les jeudis de 15h00 à 17h00

Salle de paroisse, Chemin-Neuf 9 à Cheyres

Ateliers informatiques, Assistance à l'utilisation des appareils numériques

28 novembre 2026 et 27 février 2027, de 9h00 à 11h30

Salle de l'Etourneau à Cheyres

Vous rencontrez des difficultés avec votre téléphone, tablette ou ordinateur ? Alors venez nous rendre visite. En collaboration avec la Jeunesse de Cheyres-Châbles, nous essayerons de vous aider...et pensez à prendre votre appareil avec vous. Ces deux ateliers informatiques auront lieu à Cheyres, en raison d'un accès plus facile pour les personnes à mobilité réduite.

Initiation aux champignons, vendredi 9 octobre 2026 à 10h00

Vendredi 9 octobre 2026

Vous pourrez vous familiariser avec les champignons lors d'une balade à la réserve mycologique de La Chanéaz, à Montagny. Nous serons accompagnés de deux mycologues avertis, Madame Yvette Louis et Monsieur Georges Losey, qui pourront vous faire découvrir et reconnaître les différentes espèces rencontrées. Aucune cueillette ne sera possible, puisque nous nous trouverons dans une réserve mycologique.

Le parcours, d'environ 1h30, est facile et se fait entièrement à plat. A la fin du parcours, nous partagerons le verre de l'amitié.

Inscription obligatoire jusqu'au 25 septembre au 079 579 07 64. Pour plus d'informations appelez ce même numéro.

Rendez-vous à la grande salle ; **de Cheyres à 9h15, de Châbles 9h30**

Visite d'un musée ferroviaire miniature à Granges-Paccot

Mercredi 28 octobre 2026

Venez visiter le monde merveilleux de Kaeserberg à Granges-Paccot, véritable prouesse technique pour un grand voyage en miniature qui fascinera petits et grands. C'est l'histoire d'un rêve d'enfant devenu réalité.

Durée de la visite, environ 1h30. Transport en car, nombre maximum de personnes 30.

Cette activité est offerte par la commission des seniors. Le repas de midi est à vos frais.

Inscription obligatoire jusqu'au 15 octobre, par courriel à : seniors@cheyres-chables.ch ou par téléphone au 079 579 07 64.

Départ en car de la grande salle ; **de Cheyres à 8h45, de Châbles à 9h00**

Découverte de l'espace Gutenberg à Yvonand

Mardi 3 novembre 2026 à 14h00

L'Espace Gutenberg vous invite à découvrir les techniques de la typographie, de la lithographie et de l'impression en taille-douce, avec des machines restaurées par leurs soins, exclusivement manuelles et datant des XVIIIe, XIXe et XXe. Durée de la visite guidée avec démonstrations : 1h30.

Prix de la visite, par personne : 7 francs.

Inscription obligatoire jusqu'au 3 octobre, par courriel à : seniors@cheyres-chables.ch ou par téléphone au 077 433 25 13.

Covoiturage à la grande salle: à **Châbles 13h15**, à **Cheyres 13h30**

A la découverte des grandes concentrations d'oiseaux

Jeudi 26 novembre 2026 à 9h00

La baie d'Yvonand est un site majeur pour les oiseaux d'eau hivernants. Chaque hiver, des milliers de canards y trouvent refuge. Cette balade permettra d'observer ces rassemblements, d'apprendre à reconnaître les différentes espèces et de découvrir l'importance de la Grande Cariçaie pour la biodiversité ainsi que sa gestion.

Le parcours d'environ 3 km dure 2 heures et se déroule sur des sentiers et passerelles en bois. Jumelles et appareil photo sont les bienvenus.

En cas de mauvaises conditions météorologiques, un message WhatsApp vous informera si la visite est reportée au jeudi 3 décembre ou annulée.

Cette activité est gratuite mais l'inscription est obligatoire jusqu'au 15 novembre, par courriel à : seniors@cheyres-chables.ch.

Rendez-vous à la grande salle : **de Châbles à 8h30** puis pour tous les participants, **à 8h45 au parking, sous la gare, à Cheyres**

Fenêtre de l'Avent, jeudi 3 décembre 2026 de 18h00 à 20h00

Salle de l'Etourneau à Cheyres

Venez passer un moment convivial autour d'une tasse de thé ou d'un verre de vin chaud, accompagnés des délicieux biscuits confectionnés par les enfants et les seniors.

Activités intergénérationnelles

Biscuits de Noël, vendredi 27 novembre 2026, de 8h00 à 12h00

Cafétéria de la salle communale à Châbles

Vous aimez confectionner des biscuits de l'Avent et partager votre savoir-faire ? Alors venez préparer des biscuits en compagnie de la classe de 8H de Nathalie, Céline, Lucie et Vincent

Inscription : Monsieur Angelo Balestra, au 079 579 07 64

Après-midi jeux, vendredi 5 février 2027 de 13h45 à 15h30**Cafétéria de la salle communale à Châbles**

La commission des seniors organise un après-midi jeux avec la classe 6H d'Alexandre.

Les enfants peuvent apporter leurs jeux préférés et joueront avec des seniors. L'après-midi se terminera par un petit goûter. Les seniors intéressés à participer à cette activité sont les bienvenus.

Inscription : Madame Denyse Chanez, au 079 229 87 19

Repas de Nouvel An pour les seniors

Jeudi 31 décembre 2026

Salle communale de Châbles, dès 19h00

Venez finir l'année dans la joie et la bonne humeur avec musique et danse. La commission des seniors vous propose un menu comprenant : apéritif, plat, dessert, vins, eaux minérales et une boisson pétillante pour Fr. 60.-.

Inscription jusqu'au mardi 1^{er} décembre 2026 par courriel à : seniors@cheyres-chables.ch ou par téléphone au 079 579 07 64.

Transports

TGV - Le Transport des Gens du Village roule pour vous ! Si vous rencontrez des difficultés à vous rendre à un rendez-vous chez votre médecin, coiffeur, etc., dans un rayon situé entre Payerne et Yverdon, vous pouvez faire appel au TGV. Le déplacement coûte 70 cts le km, mais au minimum Fr. 5.- par course (encaissé directement par le/la chauffeur).

Service pour les 60 ans et +. Réservation : une semaine à l'avance ou au minimum **48h à l'avance**.

Chauffeurs		Disponibilités
• Grobety Dominique	078 644 43 93	Les jeudis, éven. d'autres jours si disponibles
• Gendre Pierre-Alain	079 273 89 85	Tous les jours
• Berchier Jean-Bernard	077 422 11 85	Les mardis, mercredis et jeudis

Annonces**Compléments d'information**

La commission des seniors publie régulièrement des informations sur la page Seniors du site Internet de la commune. Pensez à consulter la rubrique de temps en temps <https://www.cheyres-chables.ch/activites-seniors> (Vous trouverez les documents au bas de la page qui s'affiche).

Transports

Nous recherchons des chauffeurs bénévoles pour le **TGV - Le Transport des Gens du Village** ! Défraiement 70 cts le km mais au minimum Fr. 5.- par course.

Si vous êtes intéressés, merci de contacter l'administration communale.

Pro Senectute, programme d'activités 2026-2027

La brochure de Pro Senectute offre une large panoplie d'activités dans la Broye. Vous pouvez en prendre connaissance à l'adresse : <https://fr.prosenectute.ch/fr>.

Thé dansant, samedi 8 novembre 2026 de 14h00 à 17h00.

Grande salle de Surpierre

Prix de l'entrée : 5 francs. Sans inscription.