

Programme des activités SENIOR



pour le 2^{ème} semestre 2024

AOÛT 2024

Mardi 13 août dès 11h30 à la pointe à Morlon : Pic-nic avec les seniors de Bulle

Espace Senior à Bulle et la commission senior de Morlon s'associent et vous donnent rendez-vous pour un pique-nique au bord du lac (chacun devra se munir de son propre pique-nique et des boissons de son choix). L'apéro sera offert par les seniors de Bulle dès 11h30.

En cas de beau temps, il y aura possibilité de faire des grillades. Des tables seront installées ainsi que des parasols. En cas de mauvais temps, nous nous retrouverons à l'abri-pc.

Inscription à l'administration communale au **026/912.38.30**.

SEPTEMBRE 2024

Mardi 3 septembre à 14h00: Marche mensuelle

Partez à la découverte des sentiers en Gruyère avec Pierrette. Durée : environ 45 minutes à 1 heure en fonction du souhait des participants

Rendez-vous à 14h00 au Gruyérien

Inscription chez Pierrette Moret au **079/231.86.54** ou par mail **pierrette.moret@websud.ch**

Mercredi 18 septembre : Après-midi pétanque

La commission senior vous invite à une partie amicale de pétanque à Broc.

Rendez-vous à 13h30 au Gruyérien

Inscription chez Christine Bloch au **079/230.42.13** ou par mail **christine.bloch3@bluewin.ch**

OCTOBRE 2024

Mardi 2 octobre à 14h00: Marche mensuelle

Partez à la découverte des sentiers en Gruyère avec Pierrette. Durée : environ 45 minutes à 1 heure en fonction du souhait des participants

Rendez-vous à 14h00 au Gruyérien

Inscription chez Pierrette Moret au **079/231.86.54** ou par mail **pierrette.moret@websud.ch**

Mardi 15 octobre : Circuit secret à Rue

Partez à la découverte du charmant village de Rue. Lors de ce jeu de piste, vous aurez accès à des endroits exceptionnels, d'ordinaire fermés au public. Ces bâtiments renferment toutes sortes de secrets. Déverrouillez leur porte et plongez dans un voyage enchanteur de sons et lumières où histoires, légendes et anecdotes se rencontrent et s'entremêlent.

Durée : 1h30 / il n'y pas d'accès pour les personnes à mobilité réduite

Rendez-vous à 13h15 au Gruyérien / Coûts : Pris en charge par la commune

Inscription chez Christine Bloch jusqu'au **1^{er} septembre** au **079/230.42.13** ou par mail **christine.bloch3@bluewin.ch**

Nombre de participants limité à 20 personnes

NOVEMBRE 2024

Mardi 5 novembre à 14h00 à l'Espace Senior: Table ronde

Sans inscription

Vendredi 8 novembre à 14h00 au Gruyérien : Conférence de ProSenectute

L'association ProSenectute propose une séance d'informations sur les assurances sociales au moment de la retraite (Prestations complémentaires, subsides assurance-maladie, allocation pour impotent, indemnités forfaitaires, moyens auxiliaires AVS).

Rendez-vous à 14h00 dans la petite salle du Gruyérien

Inscription à l'administration communale au **026/912.38.30**.

Vendredi 29 novembre dès 11h30 au Gruyérien :

La Commission Senior vous invite à un repas de fin d'année au restaurant « Le Gruyérien ».

Le menu sera communiqué en temps voulu.

Prix : 20.- /p.pers.

Inscription à l'administration communale au **026/912.38.30.**

INFOS



INVITATION A REJOINDRE LA FEDERATION DES RETRAITÉS DE LA GRUYERE

Qui sommes-nous ?

Nous sommes une association qui traite des préoccupations culturelles, sociales, économiques des retraités. Nos membres sont des femmes, des hommes, qui habitent en Gruyère ou même en dehors. Elle est politiquement indépendante et confessionnellement neutre. Elle compte aujourd'hui environ 600 membres.

Vous avez atteint l'âge de la retraite ou proche d'y arriver, alors vous serez les bienvenus dans notre Fédération qui par ailleurs fait partie de la Fédération fribourgeoise des Retraités, qui veille aux intérêts politiques de la population âgée. Elle est l'interlocutrice privilégiée du gouvernement, et participe aux consultations cantonales en lien avec les intérêts des retraités.

En y adhérant, vous soutenez notre action au bénéfice des personnes retraitées, tout en ayant l'occasion de partager avec d'autres personnes vos idées, de nouer des liens et de choisir une alternative à cette nouvelle phase de vie.

Buts et objectifs principaux de la Fédération :

- Organisation d'activités diverses : conférences sur des thèmes d'actualités ou autres, courses d'une journée, marches, matchs aux cartes, repas en commun...
- Un programme complet des activités est préparé pour chaque semestre.



COMITE FRG

Antoinette Badoud,
présidente.
Jean-José Ruffieux,
vice président.
Membres : Albert Pittet,
Alexis Gobet,
Bernard Tinguely,
Jean-Paul Dunand.
Secrétaire:
Anne Spicher

**VOUS ÊTES INTÉRESSÉS
À VOUS JOINDRE À NOUS,
VOUS POUVEZ LE FAIRE
VIA CES DEUX CONTACTS:**

abadoud@bluwin.ch
078/765.96.65



LES MEMBRES DE LA COMMISSION

Laura Pasquier, Pierrette Moret, Christine Bloch et Patrick Audemars