

ACTIVITÉS

Vous pouvez nous rejoindre tout au long de l'année.

 Roselyne - 04 74 04 73 87

Rencontres découvertes

★ Une rencontre par mois en Haut-Beaujolais pour discuter, découvrir, faire des sorties... dans une ambiance conviviale.

 Mardi de 14h à 15h30 à **Monsols*** (VHB)  Adhésion demandée

● **AVEC CUISINE SUR ROUES, ON REVISITE UN CLASSIQUE**  15 octobre

● **ATELIER CRÉATIF DE NOËL AVEC NICOLE**  19 novembre

● **VISITE DES CRÈCHES D'OINGT**  17 décembre 

● **CARNET DE VOYAGE AU JAPON**  21 janvier

● **TRIER SES PAPIERS ADMINISTRATIFS AVEC SYLVIE**  18 février 

● **RYTHME ET MUSIQUE AVEC FLORENCE**  25 mars 

● **DÉCOUVERTE DE JEUX DE SOCIÉTÉ**  6 mai

● **SORTIE**  3 juin  


Vous souhaitez participer à une sortie pour la première fois ? Contactez-nous en amont pour que nous puissions vous accueillir dans les meilleures conditions. Possibilité de transport en minibus pour les sorties. Une participation pour les frais d'essence pourra être demandée.



Parenthèse colorée

★ Une rencontre par mois en Haute Vallée d'Azergues pour discuter, découvrir, faire des sorties... dans une ambiance conviviale. Possibilité de transport en minibus pour les sorties.

 Jeudi de 10h à 11h30 à **Lamure** (VHB)  Adhésion demandée

 3/10, 7/11, 19/12 2024 ; 16/01, 6/02, 13/03, 10/04, 15/05, 19/06 2025


Contactez-nous pour découvrir les activités et sorties à venir...




Gym douce

★ Pour garder la forme et retrouver de l'aisance dans les mouvements, dans une ambiance chaleureuse et respectueuse des capacités de chacun.

 Lundi 9h à 10h à **Grandris** (salle périscolaire)

 Vendredi 10h30 à 11h30 ou 11h30 à 12h30 à **Monsols*** (salle de judo-Fontalet)

 Vendredi 14h à 15h à **Propières** (ancienne salle des fêtes)

 Vendredi 15h30 à 16h30 à **Claveisolles** (salle des fêtes)


 **À PARTIR DU 9 SEPTEMBRE 2024**  36€/trimestre



Jeux de mémoire

★ Cécile, anime un temps d'atelier pour exercer et réactiver sa mémoire.

Tous les mardis (hors vacances scolaires) dans les locaux de VHB.

 10h15 à 11h45 à **Monsols***


 14h à 15h30 ou 15h45 à 17h15 à **Lamure**

 **À PARTIR DU 10 SEPTEMBRE 2024**

 36€/trimestre

Tricot-couture

★ Marie-Annick, bénévole, et les participantes se retrouvent le lundi après-midi pour un atelier tricot-couture.

 Lundi (hors vacances scolaires) de 14h à 16h30 à **Monsols*** (VHB)

 **À PARTIR DU 9 SEPTEMBRE 2024**

Ateliers prévention 2024-2025

 Sur inscription - Adhésion demandée pour Yoga du Rire et 1^{er} secours

● **YOGA DU RIRE**  8 octobre 2024  Monsols*

● **PREMIERS SECOURS**  11 mars 2025  Monsols* et Lamure

● **BALADE DÉTENTE & PIQUE-NIQUE PARTAGÉ**  Printemps 2025  Lieu à définir

Activités à faire avec les petits-enfants

Demandez le programme

★ Matinées des Pitchouns et Cabane des Pitchouns

★ Ludothèque itinérante - Jeux de société

★ Ateliers en famille   Éveil musical

VHB Entraide Habitants

Besoin d'un service ? Envie de rendre un service ? VHB-Entraide-Habitants met en relation les habitants du territoire autour de différents services :

Visite de convivialité à domicile, convivialité par téléphone, accompagnement (balade, rendez-vous médical, cimetière, courses, sortie), petit bricolage, covoiturage, lecture à voix haute, aide au déplacement de charges lourdes (bouteille de gaz, bois...), aide informatique/administrative, livraison de courses/médicaments, ... **Infos au 04 74 68 56 50**

Ce sont des exemples. Ces services sont bénévoles et non concurrentiels.

Rencontres Intergénérationnelles

★ **VENEZ NOUS RENCONTRER LORS DU GOÛTER INTERGÉNÉRATIONNEL ORGANISÉ PAR LES COMMUNES DE LA HAUTE VALLÉE D'AZERGUES**

 **JEUDI 17 OCTOBRE 2024**  Grandris

Infos et inscriptions auprès de votre mairie.

★ **JOURNÉE RENCONTRES INTERGÉNÉRATIONNELLES**

Avec repas, échanges et animations.

 **MARDI 15 AVRIL 2025**  Monsols*

Organisée par le Comité Bien Vieillir en Haut-Beaujolais. Rejoignez-le !



Prêt de livres

Emprunter des livres à VHB, c'est possible ! Sommeil, mémoire, grand-parentalité, communication non-violente, ... Catalogue à consulter sur place ou sur le site internet.

Accompagnement projet collectif

On vous accompagne dans la recherche de réponses aux questions qui vous concernent. En tant qu'habitant, si vous avez un "caillou dans la chaussure" (problème récurrent lié au quotidien), un projet, une envie, contactez-nous !

Une équipe à votre écoute

Venez échanger avec l'équipe du centre social. De gauche à droite en haut : Asya, Pascale, Natacha, Mustafa. En bas : Fabienne, Roselyne, Gaëlle.



* Monsols, commune de Deux-Grosnes

VHB est une association créée par des habitants et pour les habitants de la Haute Vallée d'Azergues et du Haut-Beaujolais. Animée par une équipe de bénévoles et de professionnels, l'association propose des activités*, accueille-informe-orienté et accompagne des projets d'habitants. Le fonctionnement de VHB repose sur l'accueil, l'écoute, l'aller vers, l'itinérance, la participation des habitants, le bénévolat, le partenariat et l'ouverture à tous. L'association est gérée par un conseil d'administration réunissant habitants et élus et par un comité de présidence de 4 habitants en 2024.

*Si vous avez des besoins ou envies, n'hésitez pas à nous les dire...
De nombreuses possibilités sont ouvertes !*

Accueil VHB Deux-Grosnes

327 Montée des Esses - Monsols
69 860 DEUX-GROSNES

04 74 04 73 87

(Du mardi au vendredi de 9h à 12h
et les lundis, mardis et jeudis de 13h30 à 17h)



Accueil VHB Lamure

516 Rue Centrale
69 870 LAMURE-SUR-AZERGUES

04 74 68 56 50

(Du mardi au vendredi de 9h à 12h
et les mardis et jeudis de 14h à 17h)



Écoute, Information, Orientation et Aide administrative de 1^{er} niveau

★ DANS NOS LOCAUX À LAMURE ET MONSOLS CNE DE DEUX-GROSNES



★ DEVANT LA PHARMACIE* Lamure ⌚ De 9h30 à 11h30

Avec notre partenaire : BUSS des AJD

📅 Mercredi 18 septembre 📅 Mercredi 16 octobre

📅 Mercredi 13 novembre 📅 Mercredi 11 décembre

BUSS AJD : Avec la présence d'une psychologue, d'une infirmière et d'une coordinatrice : accueil café pour tous, point écoute, bilan infirmier, soutien aux démarches et accès aux droits, dépannage premières nécessités (alimentation, hygiène, vêtements), réseau partenarial médical et social.
06 47 06 38 77 - buss@fondation-ajd.com

★ HALL D'INTERMARCHÉ*

📍 Lamure ⌚ De 14h à 16h

📅 Mercredi 25 septembre 📅 Mercredi 30 octobre

📅 Mercredi 27 novembre 📅 Mercredi 18 décembre

**DATES 2025 DISPONIBLES
SUR LE SITE
OU PAR TÉLÉPHONE**



★ Nous viendrons aussi à votre rencontre aux CLUBS DES AINÉS ET SUR LE MARCHÉ*

i Fabienne - 04 74 68 56 50

*Dans le cadre de L'Espace de Vie Sociale en Haute Vallée d'Azergues

Comité Bien Vieillir

Sur le Haut-Beaujolais, des habitants, des représentants de clubs, des élus, des structures d'accueil de personnes âgées se réunissent au sein d'un comité animé par VHB pour organiser les rencontres intergénérationnelles, réfléchir à des actions de prévention, faire du lien et faire circuler l'information relative aux retraités et au territoire. Ce comité se réunit 3 à 4 fois par an. **En tant qu'habitant du Haut-Beaujolais, vous y avez toute votre place. CONTACTEZ-NOUS !**

Adhésion

5 € par personne et par an (de juillet à juin).
Pour la plupart des activités de VHB, il faut adhérer à l'association.
Être adhérent, cela vous permet aussi :

- de recevoir les informations (1 courrier tous les 2 mois ou 1 mail par mois), être averti des actions au sein de VHB mais également nous soutenir : le nombre d'adhérents montrant l'intérêt et l'importance que les habitants portent à notre/votre projet.
- d'avoir la possibilité de donner votre avis plus facilement : par exemple, la programmation de certaines des actions de ce livret découle directement d'échanges avec des retraités du territoire.

**1021
ADHÉRENTS
EN 2023**

Modalités d'inscription

- Ouvert à tous les retraités ou à tous les habitants en fonction des activités.
- Avec ou sans participation financière selon les propositions.
Pour chaque activité payante, il est possible de payer en plusieurs fois.
Pour les habitants extérieurs au territoire de VHB, une majoration de 10% est appliquée.
- Pensez à VOUS INSCRIRE car les places sont limitées sur certains événements et cela nous permet aussi de vous accueillir dans les meilleures conditions possibles et d'organiser au mieux nos interventions (avec les intervenants, les partenaires, et/ou les professionnels de VHB).
- Le programme reste sous réserve de modifications ou annulations. Le nombre d'inscrits et la disponibilité des salles peuvent par exemple conduire à des annulations ou modifications.

Transport

Vous souhaitez venir à une activité organisée par VHB mais vous n'êtes pas véhiculé. Des solutions existent !

- Covoiturage entre participants - 04 74 04 73 87
- Sortir Plus pour les retraités AGIRC-ARCO - 0 971 090 971
- Transport à la demande CCSB - 04 74 04 52 83
- Transport à la demande COR - 04 74 05 50 97

N'hésitez pas à vous renseigner bien en amont !



**2024
2025**

Livret Retraités



*Haute Vallée d'Azergues
et Haut-Beaujolais*



Scannez-moi
Plus d'infos et actualités

www.centresocialvhb.fr

© VHB 07/2024 - Crédit illustration : © Freepik - Imprimé par St-Figuard Edition - Ne pas jeter sur la voie publique

VHB est une association créée par des habitants et pour les habitants de la Haute Vallée d'Azergues et du Haut-Beaujolais. Animée par une équipe de bénévoles et de professionnels, l'association propose des activités*, accueille-informe-orienté et accompagne des projets d'habitants. Le fonctionnement de VHB repose sur l'accueil, l'écoute, l'aller vers, l'itinérance, la participation des habitants, le bénévolat, le partenariat et l'ouverture à tous. L'association est gérée par un conseil d'administration réunissant habitants et élus et par un comité de présidence de 4 habitants en 2024.

*Si vous avez des besoins ou envies, n'hésitez pas à nous les dire...
De nombreuses possibilités sont ouvertes !*

Accueil VHB Deux-Grosnes

327 Montée des Esses - Monsols
69 860 DEUX-GROSNES

04 74 04 73 87

(Du mardi au vendredi de 9h à 12h
et les lundis, mardis et jeudis de 13h30 à 17h)



Accueil VHB Lamure

516 Rue Centrale
69 870 LAMURE-SUR-AZERGUES

04 74 68 56 50

(Du mardi au vendredi de 9h à 12h
et les mardis et jeudis de 14h à 17h)



*sous réserve de modification en cours d'année pour celles annoncées dans ce livret.

secretariat@centresocialvhb.fr

www.centresocialvhb.fr

Découvrez les activités de VHB en vidéos, photos et avec des foires aux questions...

centresocialvhb



ET LES 7 COMMUNES DE HVA

Merci aux communes qui nous mettent leurs locaux à disposition ponctuellement ou tout au long de l'année.



Membre de la Fédération des centres sociaux de France