

Septembre 2025 à février 2026

ACTIVITES HEBDOMADAIRES

Gymnastique

Les lundis de 16h00 à 17h00/ dès le 01.9.2025

Salle de gymnastique de Misery

Fr. 100.- de cotisation annuelle

Renseignements et inscription auprès de

Manu Schiliro (monitrice) 079 953 54 85

Margrit Ryf 079 814 05 28

Marche

Les mardis à 09h00

Départ du terrain de foot de Courtion

1er groupe « marche »

2ème groupe « promenade »

Renseignements auprès d'

Eliane Collaud 079 318 69 57

Frédérique Michel 079 371 83 70

Yves Tinguely 079 680 09 42

Repas entre seniors

Tous les derniers jeudis du mois

Au Tea-Room le Rep'Air à Misery

Fr. 15.00 (entrée, plat et dessert)

Boissons non comprises

Inscription jusqu'au mercredi matin

Tél. 026 475 39 38

Jeux de société/cartes

Du 01.10.25 au 30.04.26

DU 01.09.25 au 30.09.25

Les mercredis après-midi 13h30-17h00

Salle de paroisse de Courtion

Au Tea-Room le Rep'Air à Misery

Renseignements et inscription auprès de

Sandra Roduit 079 352 74 19

ACTIVITES DIVERSES

Apéritif

Vendredi 26.09.2025

Présentation des activités de Senior+

16h30 à la salle de paroisse de Courtion

Suivi d'un moment d'échange et de partage en toute convivialité

Conférence

Mercredi 22.10.2025

La presbyacousie

(diminution de l'audition due à l'âge)

15h30 à la salle de paroisse de Courtion

Animée par Dr Rodolphe Thomi

Sortie automne

Jeudi 06.11.2025

Visite Patinoire du HC Fribourg Gottéron

RDV 9h15 salle de gym de Misery

Pour ceux qui le désirent, fondue ou plat du jour au Sport Café suite à la visite.

Renseignement et inscription auprès de

Mme Eliane Collaud 079 318 69 57

Marché de Noël

Samedi 13.12.2025

Vente des bricelets et des articles confectionnés lors des ateliers

11h00-17h00 à la salle de gym de Misery

Loto des Rois

Intergénérationnel

Mercredi 07.01.2026

Venez accompagnés de vos petits-enfants

13h30 à la salle de paroisse de Courtion

Prix des cartons « à votre bon cœur »

Boissons à charges des participants, collation offerte

Inscription obligatoire auprès d'Anita Bramaz

079 960 88 25 (places limitées)

Conférence

Jeudi 19.02.2026

Entrée en EMS (questions financières et légales)

13h30, à la salle de paroisse de Courtion

Animée par Mme Mélissa Schmid, Assistante sociale, Pro Senectute Suisse.

Atelier « tricot-crochet »

**Les vendredis 31.10.2025
07.11, 14.11 et 21.11.2025**

Confection d'articles pour le marché de Noël

dès 13h30 au Tea-Room le Rep'Air à Misery

Atelier « Bricelets »

**Jeudi 27.11 et 04.12.2025
(11.12.2025 en réserve)**

Confection de bricelets avec l'aide de Mme Bongard

13h30 à la salle de paroisse de Courtion