



Le Cercle des Tillots
Association des Seniors de Genolier et environs

ACTIVITES DECEMBRE 2018
Nous proposons, vous choisissez !

PROGRAMME DES ACTIVITES DE DECEMBRE 2018



L'hiver nous propose un autre rythme de vie

- ♥ **Les nuits sont plus longues... Profitons pour passer nos soirées en bonne compagnie.**
- ♥ **Les journées sont plus courtes... Profitons du moindre rayon de soleil, organisons des sorties, des rencontres pendant qu'il fait jour.**

...et pourquoi ne pas découvrir ou redécouvrir... une potion magique pour l'hiver !

Le lait de poule est traditionnellement servi à l'occasion des fêtes de fin d'année dans certaines contrées. Mais cette boisson peut être consommée chaude ou froide, tout au long de l'hiver, pour lutter contre la fatigue saisonnière. C'est un fortifiant ancestral à base de protéines et de vitamines essentielles.

Recette simple pour un verre de 2 dl

Mélanger au fouet ou au mixer un bon décilitre de lait froid, 1 œuf bien frais, 2 cuillères à soupe de lait écrémé en poudre. Ajouter un arôme, par exemple : un fruit mixé, une cuillère à café de café soluble ou de chocolat en poudre, quelques gouttes de rhum ou de cognac, une boule de crème glacée, de la cannelle ou/et un peu de sucre selon votre goût.

LES MARDIS DES TILLOTS AU PAVILLON



Tous les Mardis

Dès 14h : Jeux de société

Mardi 4 Décembre

14h Réunion du Comité

Dès 15h Café contact et Rendez-vous Jeux

Rencontres informelles et amicales autour d'un café/thé : informations sur les activités et manifestations, premiers contacts, aides ponctuelle. Rendez-vous jeux : cartes, scrabble, triominos, échecs

Mardi 18 Décembre  **dès 17h**

«En attendant Noël aux Tillots»

Les Seniors et les enfants du Bac à Sable invitent petits et grands à partager un moment de convivialité en toute amitié autour d'une collation apéritive



EN ATTENDANT NOEL A GENOLIER

Mercredi 5 Décembre de 18h à 20h Sus-Châtel Ch. des Chevreuils 5

Route dans Sus-Châtel qui va en direction de la Bellangère, dernier chemin à droite avant d'entrée dans la forêt.

Le conseil de paroisse, Roger et Dominique Pochier vous invitent chaleureusement à déguster de bonnes choses autour du verre de l'amitié (boissons chaudes garanties !). Habillez-vous chaudement, nous nous retrouverons à l'extérieur. Bienvenue à chacun !

Jeudi 13 Décembre de 17h à 20h Pharmacie de Genolier

L'équipe de la Pharmacie vous propose de découvrir de nouveaux «remèdes» contre le froid, la morosité, l'ennui ! Vin chaud, douceurs et friandises diverses vous seront servis par Céline, Candice, Valérie, Anita et Estelle.

Mardi 18 Décembre de 17h à 20h Pavillon de Genolier

Le Cercle des Tillots et le Bac à Sable invitent petits et grands à partager un moment de convivialité et d'amitié intergénérationnelles autour d'une collation apéritive (boissons chaudes et froides, méli-mélo de gourmandises salées et de douceurs sucrées).

Mercredi 19 Décembre de 18h à 20h Chemin des Pommiers

Le chemin à droite juste avant Vez Toitures, le garage de Genolier et la déchèterie.

Le conseil de paroisse, Carol et Drew Campbell-Smith vous invitent chaleureusement à déguster de bonnes choses autour du verre de l'amitié (boissons chaudes garanties !). Habillez-vous chaudement, notre rendez-vous est à l'extérieur. Bienvenue à chacun !

JOYEUX
NOËL



Mercredi 5 Décembre, salle du Gossan

Noël des Aînés de Genolier (sur invitation de la Commune aux + de 70 ans)

Appel aux bonnes volontés



Afin d'approvisionner notre buffet de Noël du mardi 18 décembre, nous avons besoin de vos talents de cuisinières et de pâtissières pour confectionner quelques douceurs salées et/ou sucrées. Merci d'avance !

S'annoncer auprès de Catherine au 079 914 45 38

Atelier informatique Tillots



Sur rendez-vous avec *Philippe Bertholet*
Tél. 079 218 75 40 Email : philippe.bertholet@gmail.com

N'hésitez pas à consulter notre site www.tillots.ch mis régulièrement à jour par Philippe et sur lequel vous trouverez toutes les informations utiles concernant notre association

BALADE ACCOMPAGNEE – Vendredi 21 Décembre



Pour la dernière balade de l'année et afin de se mettre dans l'ambiance magique de Noël, Charles propose une sortie nocturne tout près de chez nous. La date choisie n'est pas le fait du hasard. Elle correspond au solstice d'hiver et à la nuit la plus longue de l'année. De plus, et c'est rarissime, la lune sera presque pleine (98%) et, si elle veut bien se montrer, elle éclairera le chemin et le paysage environnant. De plus, si la neige devait être au rendez-vous, ce serait magique !

Description : Voyage en train (le NSTCM) jusqu'à La Cure, lieu de départ de la balade qui ensuite suivra la route forestière à travers bois et pâturages jusqu'au refuge de La Trélasse où une halte bien au chaud permettra aux participants de goûter aux spécialités fromagères traditionnelles – **Réservations obligatoires**. Ensuite, digestion d'usage en terminant la balade jusqu'à la gare de la Givrine.

Organisation : Rendez-vous Gare de Genolier vendredi 21 décembre à 16h. Départ du train à 16h06. Arrivée à La Cure 16h38. Arrivée au Refuge de la Trélasse aux environs de 18h. Retour depuis La Givrine à 20h53. Se munir d'une carte journalière MOBILIS au prix de Fr.7.40 demi-tarif. Prévoir un équipement de saison, de bonnes chaussures avec semelles antidérapantes et bâtons de marche. En cas de neige, se munir de raquettes. Si vous n'en avez pas, il vous en sera fourni sur demande au moment de votre inscription. En cas de très mauvais temps, la balade sera annulée.

Prière d'annoncer votre participation à Charles par SMS ou appel téléphonique au 079 204 32 14

Pour les amateurs de Cinéma

Ciné-seniors Participation CHF 12.00 collation comprise – **Renseignements : 079 198 58 52**

Rolle : Casino Théâtre Rue du Port 15 à 14h30 **Lundi 3 Décembre** «Marie-Thérèse Chappaz»

Gland : Théâtre de Grand-Champs à 14h30 **Mardi 4 Décembre** «La Mélodie»

Nyon : Cinémas Capitole à 14h30 **Mardi 11 Décembre** «Le Facteur»

Pour les amoureux de la danse

Thés dansants à Nyon Salle Communale de Perdtemps Les jeudis après midi de 14h à 17h – Entrée : CHF 7.-

06 décembre avec Gianni / 13 décembre avec Pino

Renseignements : Christiane Portman Tél. 079 680 22 02

Cercle des Tillots Association des Seniors de Genolier et environs
Chemin du Petit Pont 2 1272 Genolier Tél. 079 914 45 38
Mail : cercledestillots@gmail.com Site : www.tillots.ch