

AGENDA VIVAG

Avec VIVAG personne ne se sent vieux, personne n'est seul, personne ne s'ennuie

Chaque personne de 55 ans et plus habitant Gland peut adhérer à l'Association Vivag et ainsi participer à ses activités (apolitiques et non confessionnelles) gérées par nos bénévoles. L'adhésion à Vivag est de CHF 20.– par an. La participation à certaines activités peut impliquer une contribution aux coûts.

LES ACTIVITÉS PROPOSÉES POUR LE PRINTEMPS – ÉTÉ 2026

VIE DE L'ASSOCIATION

ACCUEIL SENIOR



Tous les mercredis du 7 janvier au 24 juin 2026, de 9h30 à 11h30

Salle Vivag, complexe de Montoly

Rencontres informelles autour d'un café/thé, puis d'un verre de vin.

Plus d'information : www.vivag.ch
Gratuit. Ouvert aux Membres Vivag

CHANSONS FRANÇAISES



Dimanche 1^{er} mars 2026, de 16h à 18h

Salle Communale, Grand Rue 38

Les perles de la chanson française par LIONEL BUIRET, musicien – chanteur

Entrée: CHF 20.– / Membres: CHF 10.–
Ouvert à tous

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE VIVAG



Mardi 17 mars 2026 à 16h

Salle Polyvalente de Montoly

Rapport, comptes, budgets, élection du comité, informations, etc. Ouvert aux Membres Vivag

FÊTE DU PRINTEMPS DES SENIORS



Samedi 30 mai 2026 de 11h30 à 17h

Salle Polyvalente de Montoly

Apéritif, dîner, danse, animations

Entrée: CHF 28.– / Membres: CHF 15.–
Inscription dès le 2 avril au 079 527 17 76
Ouvert à tous de plus de 55 ans

FESTIVITÉS

VIDE GRENIER



Samedi 2 mai 2026, de 10h à 16h

Salle Polyvalente de Montoly

Nous mettons à disposition uniquement aux membres Vivag une table pour présenter vos objets. Réservation dès le 2 avril 2026

Détails: www.vivag.ch ou au 079 527 17 76

EXCURSION: SORTIE EN CAR



Début juin 2026, venez participer à notre sortie d'une journée en car.

La date et la destination et les détails sont disponibles sur le site www.vivag.ch

Paiement à l'inscription: CHF 60.– par personne
Ouvert aux Membres Vivag

POUR LES INFORMATIONS DÉTAILLÉES ET LES ACTUALITÉS VIVAG

www.vivag.ch | info@vivag.ch | Ch. de Montoly 3 | 1196 Gland | T 079 527 17 76

ACTIVITÉS VIVAG

ACTIVITÉS INTELLECTUELLES

ALLEMAND

Conversation et entretien de la langue allemande
✉ 079 630 87 14



ANGLAIS

Conversation et entretien de la langue anglaise
✉ Rose Marie 079 759 77 44



ESPAGNOL

Conversation et entretien de la langue espagnole
✉ Cristina 076 365 14 63



LECTURE-VIVAG

Rencontre, échanges en petit groupe sur les livres et la lecture. Dernier mardi du mois
✉ 079 339 06 49 ou
michelgrosbois@icloud.com



ÉCHANGES — JEUX

ÉCHECS

Tous les vendredis après-midi
✉ Michel de Bondt
079 822 89 20



SCRABBLE

Echanges et animation en jouant au scrabble
✉ Monique Schulthess
079 302 11 09



INTERNATIONAL COOKING CLUB

Préparation en commun de plats de différents pays.
Participation aux coûts.
(max. 15 personnes)
✉ Rose Marie 079 759 77 44



EMS – CAT

Accompagnement aux animations - **Annelise Saugy & Chantal Hauri**



INTERGÉNÉRATIONNEL

Échanges avec les jeunes au CRL et à la Pépinière
✉ Gilberte 079 763 30 02



Cuisine Petits Chefs et UAPE Colibri et Uni Vert
✉ Chantal 079 330 02 04

TABLES D'HÔTES

Aux Trésors des Îles (Bovon)
022 364 24 88 / 079 759 77 44



Aux Oiseaux (Letzer)
022 364 54 37 / 079 821 56 83
2^e mardi du mois

Inscription 72 h à l'avance
Prix CHF 15.–

VIVAG AU RESTO

Vivag vous accompagne au restaurant pour manger ensemble 1x par mois.



Le lieu, la date et le menu du jour seront indiqués dans la newsletter.

Inscription obligatoire au 079 527 17 76

LOISIRS

CINÉ-VIVAG



Club privé. Exposés et discussions autour des films
✉ cinevivag.gland@gmail.com

AQUARELLE



Initiation à l'aquarelle (max. 8 personnes)
Inscription: Marie-Françoise 022 346 64 49 (répondeur)

DESSIN MÉDITATIF

Moments de partage à travers le dessin
✉ Eva Casals 079 562 41 47
(SMS ou WhatsApp)



MOUVEMENTS

TAI-CHI

Les lundis de 18h à 19h30
✉ 079 630 87 14
ou Stephan 079 689 80 15



MARCHE

Avec Dominique, Madeleine, Rosine, Ruthie, Georges, Laurent et Pierre



PETITE MARCHE VAS-Y MOLLO

RDV devant Montoly
✉ Laurent 077 269 10 38



GYM ÉQUILIBRE
Tous les vendredis
✉ Viviane 079 428 28 13



PÉTANQUE

En Bord (avril-oct)
les mercredis et samedis à 14h

À Perroy (nov-mars)
les mercredis et vendredis à 14h

✉ Claude-Alain Zehnder
079 301 10 78



DIVERS

AIDE INFORMATIQUE



Chaque dernier mercredi du mois, de 9h30 à 11h à l'accueil par des membres du CLUB-LOGIN

POUR PLUS D'INFORMATIONS

Consulter régulièrement notre site www.vivag.ch

FÊTE DU PRINTEMPS DES SENIORS

Apéritif, dîner, danse, animations

Ouvert à tous de plus de 55 ans

Samedi 30 mai 2026

De 11h30 à 17h – Salle polyvalente de Montoly – Entrée 28.– / Membres 15.–

Inscription dès le 2 avril au 079 527 17 76



AGENDA PRINTEMPS – ÉTÉ 2026

PÉTANQUE			
Janvier – Février – Mars : Mercredis et vendredis dès 14h à Perroy			
Avril – Mai – Juin : Mercredis et samedis dès 14h en Bord			

JANVIER 2026			
Lu 5	18:00 - 19:30	TAI-CHI	Lisières
Ma 6	09:30 - 11:00	ALLEMAND	Montoly
	15:30 - 17:00	DESSIN MÉDITATIF	Montoly
Me 7	09:30 - 11:30	ACCUEIL (reprise)	Montoly
Ve 9	09:15 - 11:30	GYM ÉQUILIBRE	Montoly
	14:00 - 16:00	ÉCHECS	Montoly
Lu 12	18:00 - 19:30	TAI-CHI	Lisières
Ma 13	09:30- 11:30	AQUARELLE	Montoly
	12:00	TABLE HÔTE (oiseaux)	Ch.Oiseaux 18
	14:00 - 16:00	SCRABBLE	Montoly
Me 14	09:30 - 11:30	ACCUEIL	Montoly
Ve 16	09:15 - 11:30	GYM ÉQUILIBRE	Montoly
	09:30 - 11:00	ESPAGNOL	Montoly
	14:00 - 16:00	ÉCHECS	Montoly
Lu 19	13:30	MARCHE D'HIVER	En Bord
	18:00 - 19:30	TAI-CHI	Lisières
Ma 20	09:30 - 11:00	ALLEMAND	Montoly
	15:00 -17:00	CINÉ-VIVAG	Montoly
Me 21	09:30 - 11:30	ACCUEIL	Montoly
Je 22	12:00	VIVAG AUX FOURNEAUX	Buvette de Montoly
	14:00 - 16:00	ANGLAIS	Montoly
Ve 23	09:15 - 11:30	GYM ÉQUILIBRE	Montoly
	14:00 - 16:00	ÉCHECS	Montoly
Lu 26	18:00 - 19:30	TAI-CHI	Lisières
Ma 27	09:30 - 11:30	AQUARELLE	Montoly
	14:00 - 16:00	SCRABBLE	Montoly
	17:00 - 19:00	LECTURE	Montoly
Me 28	09:30 - 11:30	ACCUEIL	Montoly
Ve 30	09:15 - 11:30	GYM ÉQUILIBRE	Montoly
	09:30 - 11:00	ESPAGNOL	Montoly
	14:00 - 16:00	ÉCHECS	Montoly

FÉVRIER 2026			
Lu 2	13:30	MARCHE D'HIVER	En Bord
	18:00 - 19:30	TAI-CHI	Lisières

Ma 3	09:30 - 11:00	ALLEMAND	Montoly
	15:30 - 17:00	DESSIN MÉDITATIF	Montoly
Me 4	09:30 - 11:30	ACCUEIL	Montoly
Je 5	14:00 - 16:00	ANGLAIS	Montoly
Ve 6	09:15 - 11:30	GYM ÉQUILIBRE	Montoly
	14:00 - 16:00	ÉCHECS	Montoly
Di 8	12:00	TABLE HÔTE (trésors)	Malagny 8
Lu 9	18:00 - 19:30	TAI-CHI	Lisières
	09:30 - 11:30	AQUARELLE	Montoly
Ma 10	12:00	TABLE HÔTE (oiseaux)	Ch.Oiseaux 18
	14:00 - 16:00	SCRABBLE	Montoly
Me 11	09:30 - 11:30	ACCUEIL	Montoly
	09:15 - 11:30	GYM ÉQUILIBRE	Montoly
Ve 13	09:30 - 11:00	ESPAGNOL	Montoly
	14:00 - 16:00	ÉCHECS	Montoly
Lu 16	13 :30	MARCHE D'HIVER	En Bord
	18:00 - 19:30	TAI-CHI	Lisières
Ma 17	09:30 - 11:00	ALLEMAND	Montoly
	15:00 -17:00	CINÉ-VIVAG	Montoly
Me 18	09:30 - 11:30	ACCUEIL	Montoly
	12:00	TABLE HÔTE (trésors)	Malagny 8
Je 19	14:00 - 16:00	ANGLAIS	Montoly
Ve 20	14:00 - 16:00	ÉCHECS	Montoly
Lu 23	18:00 - 19:30	TAI-CHI	Lisières
Ma 24	09:30 - 11:30	AQUARELLE	Montoly
	14:00 - 16:00	SCRABBLE	Montoly
	17:00 - 19:00	LECTURE	Montoly
Me 25	09:30 - 11:30	ACCUEIL	Montoly
	09:30 - 15:00	COOKING CLUB	Montoly
Ve 27	09:15 - 11:30	GYM ÉQUILIBRE	Montoly
	09:30 - 11:00	ESPAGNOL	Montoly
	14:00 - 16:00	ÉCHECS	Montoly

MARS 2026			
Di 1	16:00 - 18:00	CHANSONS FRANÇAISES	Salle communale
Lu 2	13:30	MARCHE (reprise)	Montoly
	18:00 - 19:30	TAI-CHI	Lisières
Ma 3	09:30 - 11:00	ALLEMAND	Montoly
	15:30 - 17:00	DESSIN MÉDITATIF	Montoly
Me 4	09:15 - 10:00	MARCHE (Vas-y mollo)	Montoly
	09:30 - 11:30	ACCUEIL	Montoly
	09:30 - 15:00	COOKING CLUB	Montoly
Je 5	14:00 - 16:00	ANGLAIS	Montoly

Ve 6	09:15 - 11:30	GYM ÉQUILIBRE	Montoly
	14:00 - 16:00	ÉCHECS	Montoly
Di 8	12:00	TABLE HÔTE (trésors)	Malagny 8
Lu 9	18:00 - 19:30	TAI-CHI	Lisières
	09:30 - 11:30	AQUARELLE	Montoly
Ma 10	12:00	TABLE HÔTE (oiseaux)	Ch.Oiseaux 18
	14:00 - 16:00	SCRABBLE	Montoly
Me 11	09:30 - 11:30	ACCUEIL	Montoly
	09:15 - 11:30	GYM ÉQUILIBRE	Montoly
Ve 13	09:30 - 11:00	ESPAGNOL	Montoly
	14:00 - 16:00	ÉCHECS	Montoly
Lu 16		MARCHE (plus d'infos sur le site Vivag)	
	18:00 - 19:30	TAI-CHI	Lisières
	09:30 - 11:00	ALLEMAND	Montoly
Ma 17	16:00	ASSEMBLÉE GÉNÉRALE VIVAG	Montoly
	09:15 - 10:00	MARCHE (Vas-y mollo)	Montoly
Me 18	09:30 - 11:30	ACCUEIL	Montoly
	12:00	TABLE HÔTE (trésors)	Malagny 8
Je 19	14:00 - 16:00	ANGLAIS	Montoly
Ve 20	09:15 - 11:30	GYM ÉQUILIBRE	Montoly
	14:00 - 16:00	ÉCHECS	Montoly
Lu 23	18:00 - 19:30	TAI-CHI	Lisières
Ma 24	09:30 - 11:30	AQUARELLE	Montoly
	14:00 - 16:00	SCRABBLE	Montoly
Me 25	09:30 - 11:30	ACCUEIL	Montoly
	09:15 - 11:30	GYM ÉQUILIBRE	Montoly
Ve 27	09:30 - 11:00	ESPAGNOL	Montoly
	14:00 - 16:00	ÉCHECS	Montoly
Lu 30		MARCHE (plus d'infos sur le site Vivag)	
	18:00 - 19:30	TAI-CHI	Lisières
Ma 31	09:30 - 11:00	ALLEMAND	Montoly
	17:00 - 19:00	LECTURE	Montoly

AVRIL 2026			
Me 1	09:15 - 10:00	MARCHE (Vas-y mollo)	Montoly
	09:30 - 11:30	ACCUEIL	Montoly
Je 2	14:00 - 16:00	ANGLAIS	Montoly
Ma 7	09:30 - 11:30	AQUARELLE	Montoly
Me 8	09:30 - 11:30	ACCUEIL	Montoly
	09:30 - 15:00	COOKING CLUB	Montoly
Ve 10	09:30 - 11:00	ESPAGNOL	Montoly
	14:00 - 16:00	ÉCHECS	Montoly
Di 12	12:00	TABLE-HÔTE (trésors)	Malagny 8
Lu 13		MARCHE (plus d'infos sur le site Vivag)	
	18:00 - 19:30	TAI-CHI	Lisières
Ma 14	09:30 - 11:00	ALLEMAND	Montoly
	12:00	TABLE-HÔTE (oiseaux)	Ch.Oiseaux 18
Me 15	09:15 - 10:00	MARCHE (Vas-y mollo)	Montoly
	09:30 - 11:30	ACCUEIL	Montoly
Je 16	14:00 - 16:00	ANGLAIS	Montoly
Ve 17	14:00 - 16:00	ÉCHECS	Montoly
Lu 20	18:00 - 19:30	TAI-CHI	Lisières
Ma 21	09:30 - 11:30	AQUARELLE	Montoly
	15:00 - 17:00	CINÉ-VIVAG	Montoly
Me 22	09:30 - 11:30	ACCUEIL	Montoly
	12:00	TABLE-HÔTE (trésors)	Malagny 8
Ve 24	09:15 - 11:30	GYM ÉQUILIBRE	Montoly
	09:30 - 11:00	ESPAGNOL	Montoly
	14:00 - 16:00	ÉCHECS	Montoly
Lu 27		MARCHE (plus d'infos sur le site Vivag)	
	18:00 - 19:30	TAI-CHI	Lisières
Ma 28	09:30 - 11:00	ALLEMAND	Montoly
	14:00 - 16:00	SCRABBLE	Montoly
	17:00 - 19:00	LECTURE	Montoly
Me 29	09:15 - 10:00	MARCHE (Vas-y mollo)	Montoly
	09:30 - 11:30	ACCUEIL	Montoly
Je 30	14:00 - 16:00	ANGLAIS	Montoly

CHANSONS FRANÇAISES

Par **Lionel Buiret**, musicien - chanteur professionnel



Dimanche 1^{er} mars 2026

de 16h à 18h - Salle Communale, Grand Rue 38
Ouvert à tous - Entrée 20.- / Membres 10.-

MAI 2026			
Ve 1	09:15 - 11:30	GYM ÉQUILIBRE	Montoly
	14:00 - 16:00	ÉCHECS	Montoly
Sa 2	10:00 - 16:00	VIDE-GRENIER	Montoly
Di 3	12:00	TABLE HÔTE (trésors)	Malagny 8
Lu 4	MARCHE (plus d'infos sur le site Vivag)		
	18:00 - 19:30	TAI-CHI	Lisières
Ma 5	09:30 - 11:30	AQUARELLE	Montoly
	15:30 - 17:00	DESSIN MÉDITATIF	Montoly
Me 6	09:15 - 10:00	MARCHE (Vas-y mollo)	Montoly
	09:30 - 11:30	ACCUEIL	Montoly
Ve 8	09:15 - 11:30	GYM ÉQUILIBRE	Montoly
	09:30 - 11:00	ESPAGNOL	Montoly
	14:00 - 16:00	ÉCHECS	Montoly
Lu 11	18:00 - 19:30	TAI-CHI	Lisières
Ma 12	09:30 - 11:00	ALLEMAND	Montoly
	12:00	TABLE HÔTE (oiseaux)	Ch.Oiseaux 18
	14:00 - 16:00	SCRABBLE	Montoly
Me 13	09:30 - 11:30	ACCUEIL	Montoly
	09:30 - 15:00	COOKING CLUB	Montoly
Ve 15	09:15 - 11:30	GYM ÉQUILIBRE	Montoly
	14:00 - 16:00	ÉCHECS	Montoly
Lu 18	MARCHE (plus d'infos sur le site Vivag)		
	18:00 - 19:30	TAI-CHI	Lisières
Ma 19	09:30 - 11:30	AQUARELLE	Montoly
	15:00 - 17:00	CINÉ-VIVAG	Montoly
Me 20	09:15 - 10:00	MARCHE (Vas-y mollo)	Montoly
	09:30 - 11:30	ACCUEIL	Montoly
	12:00	TABLE HÔTE (trésors)	Malagny 8
Je 21	14:00 - 16:00	ANGLAIS	Malagny
Ve 22	09:15 - 11:30	GYM ÉQUILIBRE	Montoly
	09:30 - 11:00	ESPAGNOL	Montoly
	14:00 - 16:00	ÉCHECS	Montoly
Ma 26	09:30 - 11:00	ALLEMAND	Montoly
	14:00 - 16:00	SCRABBLE	Montoly
	17:00 - 19:00	LECTURE	Montoly
Me 27	09:30 - 11:30	ACCUEIL	Montoly
Ve 29	09:15 - 11:30	GYM ÉQUILIBRE	Montoly
	14:00 - 16:00	ÉCHECS	Montoly
Sa 30	11:30 - 17:00	PRINTEMPS DES SENIORS	Montoly

JUIN 2026			
Lu 1	18:00 - 19:30	TAI-CHI	Lisières
	MARCHE (plus d'infos sur le site Vivag)		
Ma 2	09:30 - 11:30	AQUARELLE	Montoly
	15:30 - 17:00	DESSIN MÉDITATIF	Montoly
Me 3	09:15 - 10:00	MARCHE (Vas-y mollo)	Montoly
	09:30 - 11:30	ACCUEIL	Montoly
	09:30 - 11:30	COOKING CLUB	Montoly
Je 4	14:00 - 16:00	ANGLAIS	Montoly
Ve 5	09:15 - 11:30	GYM ÉQUILIBRE	Montoly
	09:30 - 11:00	ESPAGNOL	Montoly
	14:00 - 16:00	ÉCHECS	Montoly
Di 7	12:00	TABLE HÔTE (trésors)	Malagny 8
Lu 8	18:00 - 19:30	TAI-CHI	Montoly
	09:30 - 11:00	ALLEMAND	Montoly
Ma 9	12:00	TABLE HÔTE (oiseaux)	Ch.Oiseaux 18
	14:00 - 16:00	SCRABBLE	Lisières
Me 10	09:30 - 11:30	ACCUEIL	Montoly
Ve 12	09:15 - 11:30	GYM ÉQUILIBRE	Montoly
	14:00 - 16:00	ÉCHECS	Montoly
Lu 15	MARCHE (plus d'infos sur le site Vivag)		
	18:00 - 19:30	TAI-CHI	Lisières
Ma 16	09:30 - 11:30	AQUARELLE	Montoly
	15:00 - 17:00	CINÉ-VIVAG	Montoly
Me 17	09:15 - 10:00	MARCHE (Vas-y mollo)	Montoly
	09:30 - 11:30	ACCUEIL	Montoly
	12:00	TABLE HÔTE (trésors)	Malagny 8
Je 18	14:00 - 16:00	ANGLAIS	Montoly
Ve 19	09:15 - 11:30	GYM ÉQUILIBRE	Montoly
	09:30 - 11:00	ESPAGNOL	Montoly
	14:00 - 16:00	ÉCHECS	Montoly
Lu 22	18:00 - 19:30	TAI-CHI	Lisières
Ma 23	09:30 - 11:00	ALLEMAND	Montoly
	14:00 - 16:00	SCRABBLE	Montoly
Me 24	09:30 - 11:30	ACCUEIL	Montoly
Ve 26	09:15 - 11:30	GYM ÉQUILIBRE	Montoly
	14:00 - 16:00	ÉCHECS	Montoly
Lu 29	MARCHE (plus d'infos sur le site Vivag)		
Ma 30	17:00 - 19:00	LECTURE	Montoly

VIDE GRENIER

Libérez de l'espace, désencombrez,
donnez une nouvelle vie à vos objets et
faites plaisir...

Samedi 2 mai 2026
De 10h à 16h – Salle polyvalente de Montoly – Ouvert à tous – Entrée gratuite
Plus d'informations : vivag.ch

RETROSPECTIVE 2025

Voici quelques instants capturés lors de nos sorties et activités de 2025. La convivialité, le partage et l'amitié sont toujours présents et permettent de tisser des liens entre les seniors de Gland. Que ce soit au travers d'activités cérébrales (conversations en langues allemande, anglaise ou espagnole, lecture, jeux d'échecs et de scrabble, cinéma), artistiques (dessin et aquarelle), ou sportives (marche, tai-chi, gym équilibre et pétanque), ou simplement de partager un repas ensemble, chacun peut s'épanouir à son rythme et ses envies chez Vivag !



MARCHE



PREMIER VIDE GRENIER

3 mai 2025



ACCUEIL EN FORÊT

Refuge de Gland – 23 juillet 2025



DESSIN MÉDITATIF



SORTIE EN CAR À ANNECY

20 juin 2025