



**L'HIVER EST LA...**

**2024 ARRIVE A GRANDS PAS ...**

Voici notre programme pour les mois de JANVIER – FEVRIER – MARS et AVRIL 2024.

**Les activités HEBDOMADAIRES régulières** (elles sont reprises dans le tableau)

Lundi	Marche avec <b>Odile</b> de 9h à 10h30. RV au parking de la Piscine Lothaire Atelier détente avec <b>Réjane</b> de 14h30 à 17h 00 au local
Mardi	Tarot avec <b>Jean-Luc</b> de 14h à 17h30 au local
Mercredi	Marche avec <b>Sabine</b> de 9h00 à 10h30 RV au Parking de la Patinoire Scrabble avec <b>Marie</b> de 14h30 à 16h30 remplacé une fois par mois par les Jeux de Société de <b>Marc</b> (mêmes horaires)
Jeudi	Pinceaux en Liberté avec <b>Janine</b> de 9h30 à 11h30 au local Solfège/Piano avec <b>Martine</b> de 14h15 à 16h15

**MAIS AUSSI....**

**Le café-rencontre**, le 1<sup>er</sup> mardi du mois. Le prochain aura lieu le mardi 9 janvier au Café Bleu place de la République.

**L'anglais** continue avec Martine Pellizzari, tous les quinze jours environ, le **mardi matin** (voir tableau)

La **conversation thématique allemande**, avec Pascal Depienne : le **vendredi matin**, planning lié à la présence de Pascal à Metz. Les informations vous seront communiquées par mail au fur et à mesure.

**BOWLING avec Josiane**

**MARCHE-DECOUVERTE avec Jean-Marie**

**THERMAPOLIS avec Marguerite**

**CINE-KLUB avec Monique**

**AUTOUR DU LIVRE avec Marc**

**Sorties, visites et conférences avec Patricia et Marguerite**

- Conférence sur l'Art du Bonsai à l'ANFEM le **jeudi 25 janvier**
- Journée à NANCY Thermale le **jeudi 22 février**
- Journée shopping en Allemagne le **mardi 6 février**
- Visite d'AMAZON pour ceux qui n'ont pas pu participer la 1ère fois (date à fixer)

**ET ENCORE**

- GALETTE des ROIS le **vendredi 5 janvier**
- La DICTEE le **vendredi 9 février**
- Le REPAS de PRINTEMPS le **vendredi 12 avril**

Bonnes Fêtes à toutes et tous et à l'année prochaine.

POUR INFORMATION : **planning des permanences** au local **de 14 h 30 à 17 h 00**

<b>Lundi</b>	8 janvier	<b>Lundi</b>	5 février	<b>Lundi</b>	11 mars	<b>Mercredi</b>	3 avril
<b>Mercredi</b>	17 janvier	<b>Mercredi</b>	14 février	<b>Mercredi</b>	20 mars	<b>Lundi</b>	15 avril
<b>Lundi</b>	22 janvier	<b>Lundi</b>	19 février	<b>Lundi</b>	25 mars		
<b>Mercredi</b>	31 janvier						

## JANVIER

Mardi 2	14h00 – 17h30	Tarot	Au local avec Jean-Luc
<b>Mercredi</b> 3	14h30 – 17h00	Scrabble	Au local avec Marie
Jeudi 4	./.	./.	./.
<b>Vendredi</b> 5	15 h 40	GALETTE THEATRALE	Auberge de Jeunesse (la Brasserie) 1 avenue Leclerc de Hauteclocque
Lundi 8	9h – 10h30	Marche avec Odile	RV piscine Lothaire
	14h30 – 17h00	Atelier détente	Au local avec Réjane
<b>Mardi</b> 09	10h00 – 12h00	CAFE RENCONTRE	Accueil dans un café de la ville. Lieu précisé par mail.
	10h00 – 11 h00	Anglais	Groupe de conversation faux –débutants avec Martine
	14h00 – 17h30	Tarot	Au local avec Jean-Luc
Mercredi 10	9h – 10h30	Marche dynamique au Canal avec Sabine	Rendez-vous parking Patinoire Bld St Symphorien LONGEVILLE LES METZ
	14h30 – 17h00	Scrabble	Au local avec Marie
<b>Jeudi</b> 11	9h30 – 11h30	Pinceaux en Liberté	Au local avec Janine
	14h15 – 16h15	Initiation à la musique (solfège/piano)	Au local avec Martine
Vendredi 12	<b>Début d'après-midi</b>	Ciné KLUB place Saint-Jacques avec Monique	Un film en début d'après-midi suivi d'un échange convivial dans un café de la ville
<b>Lundi</b> 15	9h – 10h30	Marche avec Odile	RV piscine Lothaire
	14h30 – 17h00	Atelier détente	Au local avec Réjane
Mardi 16	14h00 – 17h30	Tarot	Au local avec Jean-Luc
<b>Mercredi</b> 17	9h – 10h30	Marche dynamique au Canal avec Sabine	Rendez-vous parking Patinoire Bld St Symphorien LONGEVILLE LES METZ
	14h30 – 17h00	Scrabble	Au local avec Marie
Jeudi 18	9h30 – 11h30	Pinceaux en Liberté	Au local avec Janine
	14h15 – 16h15	Initiation à la musique (solfège/piano)	Au local avec Martine
	<b>Après-midi</b>	BOWLING avec Josiane	Au Bowling Kiné Bowl MUSE Horaire communiqué par mail
<b>Vendredi</b> 19	14h30 – 16h30	AUTOUR du LIVRE	Au local avec Marc Lecture choisie et échanges
Lundi 22	9h – 10h30	Marche avec Odile	RV piscine Lothaire
	14h30 – 17h00	Atelier détente	Au local avec Réjane
<b>Mardi</b> 23	10h00 – 11 h00	Anglais	Groupe de conversation faux –débutants avec Martine
	14h00 – 17h30	Tarot	Au local avec Jean-Luc

Mercredi 24	9h – 10h30	Marche dynamique au Canal avec Sabine	Rendez-vous parking Patinoire Bld St Symphorien LONGEVILLE LES METZ
	14h30 – 17h00	Scrabble	Au local avec Marie
Jeudi 25	9h30 – 11h30	Pinceaux en Liberté	Au local avec Janine
	14 h 00	MARCHE DECOUVERTE Autour de Metz	Avec Jean-Marie Lieu précisé ultérieurement par mail
	14h15 – 16h15	Initiation à la musique (solfège/piano)	Au local avec Martine
Vendredi 26	14h30 – 16h30	AUTOUR du LIVRE	Au local avec Marc Lecture choisie et échanges
Lundi 29	9h – 10h30	Marche avec Odile	RV piscine Lothaire
	14h30 – 17h00	Atelier détente	Au local avec Réjane
Mardi 30	12h30 – 16h00	THERMAPOLIS	RV 12h30 parking de la Tannerie St Julien les Metz (bus 13-17-18-108-109) ou 13h devant le Thermapolis Parc de Loisirs Amnéville
	14h00 – 17h30	Tarot	Au local avec Jean-Luc
Mercredi 31	9h – 10h30	Marche dynamique au Canal avec Sabine	Rendez-vous parking Patinoire Bld St Symphorien LONGEVILLE LES METZ
	14h30 – 16h30	JEUX DE SOCIETE	Au local avec Marc

## FEVRIER

Jeudi 1	9h30 – 11h30	Pinceaux en Liberté	Au local avec Janine
	14h15 – 16h15	Initiation à la musique (solfège/piano)	Au local avec Martine
Vendredi 2	Début d'après-midi	Ciné KLUB place Saint-Jacques avec Monique	Un film en début d'après-midi suivi d'un échange convivial dans un café de la ville
Lundi 5	9h – 10h30	Marche avec Odile	RV piscine Lothaire
	14h30 – 17h00	Atelier détente	Au local avec Réjane
Mardi 6	10h00 – 12h00	CAFE RENCONTRE	Accueil dans un café de la ville. Lieu précisé par mail.
	10h00 – 11 h00	Anglais	Groupe de conversation faux –débutants avec Martine
	14h00 – 17h30	Tarot	Au local avec Jean-Luc
	JOURNEE	Soldes Shopping SARRELOUIS et WADGASSEN	Organisée par Marguerite et Patricia
Mercredi 7	9h – 10h30	Marche dynamique au Canal avec Sabine	Rendez-vous parking Patinoire Bld St Symphorien LONGEVILLE LES METZ
	14h30 – 17h00	Scrabble	Au local avec Marie
Jeudi 8	9h30 – 11h30	Pinceaux en Liberté	Au local avec Janine
	14 h 00	MARCHE DECOUVERTE Autour de Metz	Avec Jean-Marie Lieu précisé ultérieurement par mail
	14h15 – 16h15	Initiation à la musique (solfège/piano)	Au local avec Martine
Vendredi 9	14h30	DICTEE	Informations suivront par mail
Lundi 12	9h – 10h30	Marche avec Odile	RV piscine Lothaire
	14h30 – 17h00	Atelier détente	Au local avec Réjane
Mardi 13	14h00 – 17h30	Tarot	Au local avec Jean-Luc
Mercredi 14	9h – 10h30	Marche dynamique au Canal avec Sabine	Rendez-vous parking Patinoire Bld St Symphorien LONGEVILLE LES METZ
	14h30 – 17h00	Scrabble	Au local avec Marie

Jeudi 15	9h30 – 11h30	Pinceaux en Liberté	Au local avec Janine
	14h15 – 16h15	Initiation à la musique (solfège/piano)	Au local avec Martine
	Après-midi	BOWLING avec Josiane	Au Bowling Kiné Bowl MUSE Horaire communiqué par mail
<b>Vendredi 16</b>	14h30 – 16h30	AUTOUR du LIVRE	Au local avec Marc Lecture choisie et échanges
Lundi 19	9h – 10h30	Marche avec Odile	RV piscine Lothaire
	14h30 – 17h00	Atelier détente	Au local avec Réjane
<b>Mardi 20</b>	10h00 – 11 h00	Anglais	Groupe de conversation faux –débutants avec Martine
	14h00 – 17h30	Tarot	Au local avec Jean-Luc
Mercredi 21	9h – 10h30	Marche dynamique au Canal avec Sabine	Rendez-vous parking Patinoire Bld St Symphorien LONGEVILLE LES METZ
	14h30 – 17h00	JEUX DE SOCIETE	Au local avec Marc
<b>Jeudi 22</b>	9h30 – 11h30	Pinceaux en Liberté	Au local avec Janine
	14h15 – 16h15	Initiation à la musique (solfège/piano)	Au local avec Martine
	14 h 00	MARCHE DECOUVERTE Autour de Metz	Avec Jean-Marie Lieu précisé ultérieurement par mail
	JOURNEE	Visite NANCY Exposition + Nancy Thermale	Organisée par Marguerite et Patricia
Vendredi 23	<b>Début d'après-midi</b>	Ciné KLUB place Saint-Jacques avec Monique	Un film en début d'après-midi suivi d'un échange convivial dans un café de la ville

**Vacances d'HIVER du samedi 24 février au lundi 11 mars**

*Attention.... Ciné KLUB avec Monique maintenu le vendredi après-midi 8 mars*

## MARS

<b>Lundi 11</b>	9h – 10h30	Marche avec Odile	RV piscine Lothaire
	14h30 – 17h00	Atelier détente	Au local avec Réjane
Mardi 12	10h00 – 12h00	CAFE RENCONTRE	Accueil dans un café de la ville. Lieu précisé par mail.
	14h00 – 17h30	Tarot	Au local avec Jean-Luc
<b>Mercredi 13</b>	9h – 10h30	Marche dynamique au Canal avec Sabine	Rendez-vous parking Patinoire Bld St Symphorien LONGEVILLE LES METZ
	14h30 – 17h00	Scrabble	Au local avec Marie
Jeudi 14	9h30 – 11h30	Pinceaux en Liberté	Au local avec Janine
	14h15 – 16h15	Initiation à la musique (solfège/piano)	Au local avec Martine
	Après-midi	BOWLING avec Josiane	Au Bowling Kiné Bowl MUSE Horaire communiqué par mail
<b>Vendredi 15</b>			
Lundi 18	9h – 10h30	Marche avec Odile	RV piscine Lothaire
	14h30 – 17h00	Atelier détente	Au local avec Réjane
<b>Mardi 19</b>	10h00 – 11 h00	Anglais	Groupe de conversation faux –débutants avec Martine
	12h30 – 16h00	THERMAPOLIS	RV 12h30 parking de la Tannerie St Julien les Metz (bus 13-17-18-108-109) ou 13h devant le Thermapolis Parc de Loisirs Amnéville
	14h00 – 17h30	Tarot	Au local avec Jean-Luc
Mercredi 20	9h – 10h30	Marche dynamique au Canal avec Sabine	Rendez-vous parking Patinoire Bld St Symphorien LONGEVILLE LES METZ
	14h30 – 17h00	JEUX DE SOCIETE	Au local avec Marc

<b>Jeudi 21</b>	9h30 – 11h30	Pinceaux en Liberté	Au local avec Janine
	14h15 – 16h15	Initiation à la musique (solfège/piano)	Au local avec Martine
	14 h 00	MARCHE DECOUVERTE Autour de Metz	Avec Jean-Marie Lieu précisé ultérieurement par mail
Vendredi 22	14h30 – 16h30	AUTOUR du LIVRE	Au local avec Marc Lecture choisie et échanges
<b>Lundi 25</b>	9h – 10h30	Marche avec Odile	RV piscine Lothaire
	14h30 – 17h00	Atelier détente	Au local avec Réjane
Mardi 26	14h00 – 17h30	Tarot	Au local avec Jean-Luc
<b>Mercredi 27</b>	9h – 10h30	Marche dynamique au Canal avec Sabine	Rendez-vous parking Patinoire Bld St Symphorien LONGEVILLE LES METZ
	14h30 – 17h00	Scrabble	Au local avec Marie
Jeudi 28	9h30 – 11h30	Pinceaux en Liberté	Au local avec Janine
	14h15 – 16h15	Initiation à la musique (solfège/piano)	Au local avec Martine
<b>Vendredi 29</b>	<b> VENDREDI SAINT </b>		

## AVRIL

<b>Lundi 1</b>	<b>LUNDI de PAQUES</b>		
Mardi 2	10h00 – 12h00	CAFE RENCONTRE	Accueil dans un café de la ville. Lieu précisé par mail.
	14h00 – 17h30	Tarot	Au local avec Jean-Luc
<b>Mercredi 3</b>	9h – 10h30	Marche dynamique au Canal avec Sabine	Rendez-vous parking Patinoire Bld St Symphorien LONGEVILLE LES METZ
	14h30 – 17h00	Scrabble	Au local avec Marie
Jeudi 4	9h30 – 11h30	Pinceaux en Liberté	Au local avec Janine
	14h15 – 16h15	Initiation à la musique (solfège/piano)	Au local avec Martine
	14 h 00	MARCHE DECOUVERTE Autour de Metz	Avec Jean-Marie Lieu précisé ultérieurement par mail
<b>Vendredi 5</b>			
Lundi 8	9h – 10h30	Marche avec Odile	RV piscine Lothaire
	14h30 – 17h00	Atelier détente	Au local avec Réjane
<b>Mardi 9</b>	10h00 – 11 h00	Anglais	Groupe de conversation faux –débutants avec Martine
	14h00 – 17h30	Tarot	Au local avec Jean-Luc
Mercredi 10	9h – 10h30	Marche dynamique au Canal avec Sabine	Rendez-vous parking Patinoire Bld St Symphorien LONGEVILLE LES METZ
	14h30 – 17h00	Scrabble	Au local avec Marie
<b>Jeudi 11</b>	9h30 – 11h30	Pinceaux en Liberté	Au local avec Janine
	Après-midi	BOWLING avec Josiane	Au Bowling Kiné Bowl MUSE Horaire communiqué par mail
	14h15 – 16h15	Initiation à la musique (solfège/piano)	Au local avec Martine
Vendredi 12	DEJEUNER	REPAS DE PRINTEMPS	Informations suivront
	Début d'après-midi	Ciné KLUB place Saint-Jacques avec Monique	Un film en début d'après-midi suivi d'un échange convivial dans un café de la ville
<b>Lundi 15</b>	9h – 10h30	Marche avec Odile	RV piscine Lothaire
	14h30 – 17h00	Atelier détente	Au local avec Réjane
Mardi 16	14h00 – 17h30	Tarot	Au local avec Jean-Luc

<b>Mercredi</b> 17	9h – 10h30	Marche dynamique au Canal avec Sabine	Rendez-vous parking Patinoire Bld St Symphorien LONGEVILLE LES METZ
	14h30 – 17h00	JEUX DE SOCIETE	Au local avec Marc
Jeudi 18	9h30 – 11h30	Pinceaux en Liberté	Au local avec Janine
	14h15 – 16h15	Initiation à la musique (solfège/piano)	Au local avec Martine
	14 h 00	MARCHE DECOUVERTE Autour de Metz	Avec Jean-Marie Lieu précisé ultérieurement par mail
<b>Vendredi</b> 19	14h30 – 16h30	AUTOUR du LIVRE	Au local avec Marc Lecture choisie et échanges
<b>Vacances de PRINTEMPS du samedi 20 avril au lundi 6 mai</b>			
Mardi 23	12h30 – 16h00	THERMAPOLIS	RV 12h30 parking de la Tannerie St Julien les Metz (bus 13-17-18-108-109) ou 13h devant le Thermapolis Parc de Loisirs Amnéville