



# AVRIL 2019

Premier avril, il faut  
que pinson boive  
au buisson

- Lun 01 :** **Balade** avec BERNARD Boehly rendez vous place St Joseph pour un départ à 13h30. L'après midi se passera sur les traces de Vauban pour une balade à Neuf-Brisach et vers le canal éponyme. Sur un parcours d'env 7km pour un dénivelé positif de 6m cette balade au départ de la place d'armes est accessible à tous. Le retour est prévu pour 17h au plus tard. Inscriptions obligatoire à l'Espace Bel Age 03 89 23 23 02
- Mar 02 :** **Allemand : débutants** de 15h45 à 16h45 tous les mardis. Le cours est pour tout ceux qui souhaitent apprendre l'allemand de la vie quotidienne comme : dans un restaurant, un magasin, pour les voyages. Inscription obligatoire à l'Espace Bel Age.
- Mer 03 :** « Misatango » à 20h à l'église St Matthieu prix : 6.50 € Inscription obligatoire
- Jeu 04 :** **Loto** au 8 rue des Trois Châteaux à Colmar à 14h. De nombreux lots sont à gagner, un après midi de jeu, dans une bonne ambiance. Le carton est proposé à **1 € et l'entrée à 2 €.**
- Ven 05 :** **Atelier d'entraînement à la mémoire de** 14h30 à 16h à l'Espace Bel Age, à la salle du club « réservé aux personnes qui ont suivies un atelier mémoire en marche »
- Lun 08 :** **Sortie aux eaux thermales à Badenweiler** différents arrêts à Colmar. Inscription obligatoire
- Mar 09 et jeu 11 :** **Stage YOGA** programme détaillé à l'accueil. Inscription obligatoire
- Mar 09 :** **Conversation en allemand de 14h à 15h30)** moment de partages et d'échanges en langue Allemande :les traditions en Allemagne et en France . **Prochain rendez vous le 30 avril.** Inscription obligatoire à l'Espace Bel Age.
- Mer 10 :** **Balade** avec Antoine PIGATO Rendez vous rue du Ladhof à 13h30 à la Cigogne.La balade se déroulera dans la forêt communale de Niedermorschwihr Pour un parcours d'environ 3h pour environ 10 km et un dénivelé de 300 m. Prévoir covoiturage, bâtons et chaussures de marche. Inscriptions obligatoire à l'Espace Bel Age 03 89 23 23 02
- Ven 12 :** **Sophrologie de 9h à 10h15** à l'Espace Bel Age cycle de 8 séances par Rita Miritello sophrologue praticienne. Inscription obligatoire
- Ven 12 :** **Atelier d'entraînement à la mémoire de** 14h30 à 16h à l'Espace Bel Age, à la salle du club. Un autre atelier vous est proposé le **vendredi 26 avril.** Inscription obligatoire
- Ven 12 :** **Rencontre du groupe Culture et Traditions** animée par Annette Friehe à 15h au restaurant. «Les œufs de Pâques et la bénédiction des rameaux» Histoire des œufs décorés, aux œufs décoratifs. Entrée libre
- Ven 12 :** **Rencontre mensuelle du groupe « Iris » à 14h** détente autour d'un café et gâteaux. Cette une activité qui est proposée par des malvoyants pour les malvoyants et aveugles. Groupe de discussions et de loisirs ouvert à tous. **Prochaine rencontre le 26 avril.**
- Mar 16 :** **Randonnée avec Daniel (la journée)** RDV à 9h30 parking Super U route de Rouffach, pour un départ de la randonnée vers 10h30.Départ de la marche à la Chapelle du Val du Pâtre. Un circuit de 13 km et 370 m de dénivelé, passant au Col du Bannstein pour rejoindre Wintzfelden. Le retour se fera par Thannwiller puis le Cimetière Militaire Roumain. Equipement en fonction du temps, chaussures de marche et bâtons nécessaires, boisson et casse-croûte tiré du sac. Retour vers 17h Inscriptions obligatoire à l'Espace Bel Age 03 89 23 23 02
- Mer 17 :** **Donne moi ta main et prends la mienne ! Evènement sur le thème de la lutte contre l'isolement des séniors.** Spectacle d'improvisation, informations & discussions ! au Pôle Média Culture Edmond Gerrer à **14h30.** Programme détaillé à l'accueil, inscription obligatoire.
- Jeu 18 :** **Balade** avec Bernard CASPAR Rendez vous 13h à la place St Joseph (devant la boulangerie Colle).Départ à 13h30 de Grussenheim, mairie (25 Grand'rue) – Balisage : réservoirs militaires. La balade se déroulera à Grussenheim sur le « Sentier de la mémoire » Distance 6.1 km. Comme d'habitude, habits de saison (exposition aux intempéries), chaussures de marche, boisson. Inscriptions obligatoire à l'Espace Bel Age 03 89 23 23 02

- Jeu 18 :** **Culture et traditions** conférence mensuelle animée par Annette Friehe à la salle restaurant à 15h. « La passion de Jésus Christ, propos rapportés par Nicodème, selon les évangiles apocryphes » Entrée libre.
- Mar 23 :** **Sortie asperges** le gaveur du Kochersberg – Woellenheim. Différents arrêts, visite des installations et repas. Sur le retour arrêt à la chocolaterie Antoni. Programme détaillé à l'accueil, inscription obligatoire.
- Mar 23 :** Pasticcio barocco ma Midi Lyric à 12h30 au théâtre municipal prix : 6 € inscription obligatoire
- Jeu 25 :** **Marche solidaire** au profit de la lutte contre l'isolement des seniors. Différents parcours pour un départ à Guebwiller. Programme détaillé à l'accueil inscription obligatoire.
- Ven 26:** **Atelier cuisine** avec M.Bollecker à partir de 10h atelier participatif. Repas équilibré, économique, de saison et facile à réaliser. Le repas sera pris en commun arrosé d'un verre de vin. Prix : 11 € café inclus. **Un autre atelier est proposé le lundi 29 avril**, inscription obligatoire au plus tard le 24 avril.
- Ven 26 :** **Rencontre du groupe Culture et Traditions** animée par Annette Friehe à 15h au restaurant « Stammtisch » Dans le cadre de E Friejohr fer unsri Sproch, une après midi récréative autour du printemps : musique, chants, poèmes, légendes avec la participation de Gérard Muller. Entrée libre
- Ven 26 :** « **On sort avec M.** » sortie dans la région de Lutzelhouse, rocher de Mutzig. Programme détaillé 1 semaine avant la date. Inscription obligatoire auprès de l'Espace Bel Age ou auprès de Michel Roy.

# A RETENIR...

## Autres activités proposées à l'Espace Bel Age

- Origami de 14h à 16h **les 10 et 24 avril**
- Echecs de 15h à 17h, **tous les mercredis**
- Belote et Tarot de 14h30 à 17h30 **tous les mardis**
- Scrabble duplicate de 14h à 17h **tous les mercredis**
- Scrabble duplicate de 14h à 17h au Ladhof **tous les jeudis**
- Astrologie chinoise de 14h à 15h30 **les 04 et 18 avril**
- Approche de toutes les astrologies de 14h à 15h30 **les 11 et 25 avril**
- Jeux de société, rami, crapette de 14h30 à 17h30 **tous les mercredis**
- Marche nordique de 9h à 11h Colmar (2<sup>ème</sup> et 4<sup>ème</sup> **jeudis**)
- Nouveau groupe marche nordique de 9h à 11h (1<sup>er</sup> et 3<sup>ème</sup> **jeudis**)
- Marche nordique Wintzenheim de 9h à 11h (1<sup>er</sup> et 3<sup>ème</sup> **jeudis**)
- Poker **tous les lundis** de 14h à 17h
- Broderie point de croix de 14h à 17h aux Trois Châteaux **tous les vendredis**
- Club Tricot **tous les mardis** de 14h à 17h
- Peinture les mercredis de 9h à 12h **tous les mercredis**
- Décor sur porcelaine **tous les vendredis** de 14h à 17h
- Séance assistance pour l'informatique personnalisée (sur demande)
- Séance initiation tablette, ordinateur, smartphone ( inscription)

## EN MAI

Dimanche 26 : Opéra « la princesse arabe » au théâtre municipal à 15h 6.50 € inscription obligatoire  
Vendredi 31 : Fermeture de l'Espace Bel Age

Retrouvez le programme et nos clubs sur notre site <http://animations.apalib.fr/>  
et sur notre page facebook **vitaminez vous !!**