



DES BALADES POUR TOUS

Danielle 06 08 02 09 22 - Denis 07 70 69 89 38

Jeudi 09 janvier

**Westhalten - Heiliger Baum - Rocher du coucou - N.D. Schauenberg-
Westhalten**

13 km - dénivelé +300m - durée effective de marche environ 3h15

Repas tiré du sac. La salle d'accueil du Schauenberg est réservée ;
boissons, soupe, dessert et café sont disponibles.

Rdv parking Super U Riedisheim (au niveau de la station essence) à 9h pour
covoiturage

Jeudi 23 janvier

Col Amic - Holzwasen- Diefenbach - F.A. Glashütte - Firstacker - Col Amic

12 km - dénivelé +350m - durée effective de marche environ 4h30

Repas tiré du sac dans la ferme-auberge Glashütte qui est réservée mais il faut
consommer au minimum, soupe, boisson, tarte.

Rdv parking Cora Dornach (au niveau du Quick) à 9h pour covoiturage



ATELIER CUISINE

Pot au feu portugais
Dessert : pastel de nata

Animatrices : Eléonore BELTZUNG et Suzanne TRESSON

Vendredi 24 Janvier de 9h à 14h

Lieu : APALIB' Fonderie 8, rue de Zillisheim à Mulhouse



SORTIE INTERGENERATIONNELLE

André GREWIS : 06 87 51 40 34

Mercredi 08 Janvier

Willer sur Thur Ferme auberge Ostein

avec le CSC Belair Rdv à 9h00



ATELIER PIANO

Travail sur œuvres classiques proposées

Maitrise du solfège nécessaire

Atelier animé par Christian MIOT

Les jeudis : 20€ cotisation - 60€ par trimestre



PROGRAMME DU MOIS

DE JANVIER 2020

LA MAISON DU TEMPS LIBRE

BONNE ANNÉE 2020

BIENVENUE

AU CAFE DU TEMPS LIBRE

RENCONTRES, CONVIVIALITE ET DECOUVERTES

Tous les mercredis de 14h à 17h

Le temps d'un café, venez découvrir de nouvelles activités

Lieu : MTL 16 rue Engel Dollfus à Mulhouse



LE LOTO REVIENT :

Vendredi 6 décembre et 10 Janvier
de 14h30 - 16h30

Salle du restaurant de la MTL



PERIPLE EN ANDALOUSIE

Mercredi 8 Janvier à 14h30

Présenté par Agnès BAETCHLE et François MEYER

Flyer sur présentoir - Entre libre - corbeille



YOGA DU RIRE

Cycle de 6 séances

Jours et horaires à définir en fonction des participants

Tarif : 30€ + 20€ (cotisation MTL)

La Maison du Temps Libre

16, rue Engel Dollfus 68200 Mulhouse

tél. 03 89 42 05 24

e-mail : accueilmtl@apa.asso.fr / site : animations.apalib.fr

du lundi au vendredi de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h

Coordinatrice : Caroline LEBON

LE CLUB INFORMATIQUE VOUS PROPOSE EN JANVIER :

Smartphones et tablettes : Jeudi de 14h à 16h30 Les 9, 16 et 23 Janvier 37,50€ pour les 3 séances	Création livre-photos Vendredi 17 Janvier de 14h à 16h30 15€ pour la séance
Système d'exploitation Windows 10 : Mardi de 14h à 16h30 Les 21 et 28 Janvier 30€ pour les 2 séances	Sauvegarde Iphone /Ipad Mercredi 29 Janvier de 9h à 11h30 15€ pour la séance
Traitement de texte Lundi de 9h à 11h30 Les 13 et 20 Janvier 30€ pour les 2 séances	
➤ Une <u>permanence</u> (pour inscriptions et renseignements) a lieu le premier lundi de chaque mois de 9h à 11h.	
➤ Une <u>révision individuelle</u> pour celles et ceux qui ont déjà participé à l'une de nos sessions peut être programmée le troisième lundi de chaque mois de 9h à 11h. L'inscription est à faire à l'accueil <u>en précisant bien le sujet</u> qui doit être traité.	
➤ 15€ pour la séance	



MARCHE NORDIQUE

MULHOUSE : Tous les lundis à 14h
sauf le la première semaine du mois ou la marche à lieu le mardi,
RDV : parking de la patinoire à Mulhouse

REININGUE : Les jeudis 9, 16, 23, 30 Janvier et le 6 et 13 Février
RDV Plan d'eau de Reiningue
(Le coût de l'activité de 34€ est pris en charge par la conférence des financeurs)
Tarif : 20€ (cotisation MTL)
Animée par Emilie



APALIB' LE KELSCH : Jeudi 16 Janvier Soldes à ROPPENHEIM

Matin par autoroute

Repas **HAGENAU**

Menu

Salade de pot au feu aux légumes, vinaigrette à l'ancienne et œufs durs
Choucroute garnie aux cinq viandes
Strudel aux pommes, chantilly à la cannelle
 $\frac{1}{4}$ de vin ou une eau minérale, café

Après-midi: **ROPPENHEIM, THE STYLE OUTLETS**

Temps libre

Retour en fin de journée par RIEDISHEIM

Prix par personne 64 €

Comprenant : le transport en car et le déjeuner forfait boissons compris

voir flyer sur le présentoir

Marie-Thérèse Eblé / ma9r7e@gmail.com / tél. 06.98.29.46.10

Permanence à la MTL **les 2 derniers jeudis du mois**



SORTIES DECOUVERTES

Randonnée pédestre

André GREWIS : 06 87 51 40 34

Jeudi 09 Janvier

Didenheim - Illfurth

Rdv parking Cora Dornach à 8h45 Départ 9h00 pour le covoiturage
Distance 13.5 km dénivelé 42m - Repas l'auberge d'Illfurth

Jeudi 23 Janvier

Vieux Thann - Croix du Rangen - Thann

Rdv parking Cora Dornach à **8h45** Départ **9h00** pour le covoiturage
Distance 7,00km dénivelé 340m - Repas au restaurant à Thann
Je serai sur le parking Leclerc à Cernay

Inscription obligatoire au plus tard le 03 01 2020 pour la sortie du 09 01 2020

NOUVEAUTES A PARTIR DE JANVIER

DANSE CORPORELLE :

Début du cycle : vendredi 31 janvier de 8h30 à 10h

Cycle de 6 séances animées par Véronique FREY

(Inscription à l'accueil, le cycle étant pris en charge par la conférence des financeurs)

Tarif : 20€ (cotisation MTL)

ENERGIE VITALE SENIOR

Séance découverte lundi 27 Janvier de 9h30 à 11h

Puis 3 séances les lundis 3, 10 et 17 Février

(Inscription à l'accueil, le cycle étant pris en charge par la conférence des financeurs)

Tarif : 20€ (cotisation MTL)



ENSEMBLE SUR LA ROUTE

Les vendredis à 14h

24 janvier : 40 questions 31 janvier : Ensemble sur la route

7 février : Piéton 6 mars : Signalisation

20 mars : Alcool, drogue, médicaments + lunettes

27 mars : Vélo 3 avril : Vitesse + réactionmètre

Tarif : 5€ pour le cycle Inscriptions : auprès de la MTL



TAROT

Vendredi de 14h à 16h30 à partir du 10 Janvier

Animateur : Patrice SWEDRAK

Tarif : 20€ + 20€ (cotisation MTL)

ATELIER : JEUX DE MOTS ET D'ECRITURE :

Le lundi de 14h15 à 16h15

Animatrices : Evelyne LEGER, Marylène CARADEC

Le mercredi de 14h à 16h

Animatrices : Chantal LEHR et Francine MINAZZI

Inscription 35€ /an



MARCHE NORDIQUE "RANDO SENIORS"

Mercredi 15 janvier 2020 :

« EBRINGEN »

Nous vous proposons une randonnée « bâtons » à Ebringen, petit village viticole, au sud de Fribourg.

Une rando de difficulté « facile » dans un environnement de prairies et forêts , ainsi que les ruines du château »Schneeburg « ; parcours de ~ 13 km, dont 6,8 km en matinée. Altitude entre 434 et 644 m.

Le repas sera pris en auberge :

Départ à 9 h. depuis le parking SUPER U de Riedisheim, côté station service.

Transport par covoiturage ; Retour vers 17 h.

Selon la météo, cette sortie pourra être adaptée, remplacée, ou annulée.

Animateurs : Denis et Yves,

inscriptions obligatoires au plus tard pour le : 6 janvier 2020

Auprès de la » Maison du Temps Libre »16 rue Engel Dollfus à Mulhouse