

# A LA BIBLIOTHEQUE NOVEMBRE 2024

Inscriptions et renseignements :  
BIBLIOTHEQUE DE ROUHLING  
michele.g@rouhling.net  
07 82 57 66 83

mardi **05** NOVEMBRE  
15h-17h

## ATELIER DE CHANT

Souvenirs, souvenirs...  
Chantons ensemble les tubes,  
chansons françaises des années 1960

*Animé par Marie-Antoinette MELIS  
et Michèle GABRIEL*

vendredi **08** NOVEMBRE  
9 h à 12 h

## ATELIER ET CONFERENCE

Atelier : il y a 60 ans, l'année 1964 en chansons  
et dans le monde

Conférence : pourquoi les seniors sont une  
chance pour la société. 10 idées reçues à  
combattre.

*Animés par l'Institut Français des Seniors  
Olivier CALON et Hervé SAUZAY*

mardi **12** NOVEMBRE  
15h-17h

## ATELIER DE NADIS ASANAS

Souplesse des articulations :  
pratique d'exercices de Nadis Asanas

*Animé par Michèle GABRIEL*

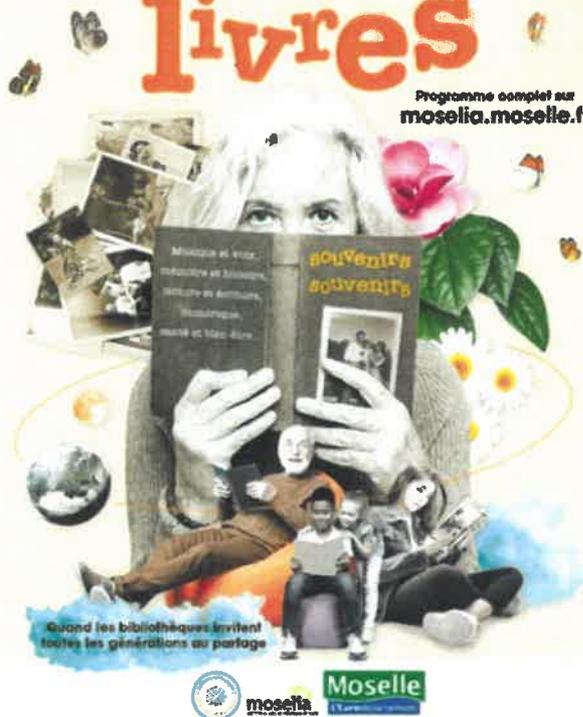
UNE INITIATIVE DU DÉPARTEMENT DE LA MOSELLE

**esprits**  
**livres**

1<sup>er</sup> > 30  
NOVEMBRE  
2024

> 7<sup>e</sup>  
EDITION

Programme complet sur  
[moselia.moselle.fr](http://moselia.moselle.fr)



**08 + 15** NOVEMBRE  
15h-17h

## ATELIERS DIETETIQUE & NUTRITION

vendredi le 08/11 - Bien manger pour tous, le  
bon choix alimentaire

vendredi le 15/11 - Bien manger pour les  
seniors, être en forme en prenant de l'âge

*Animés par Stéphanie MULLER*

mercredi **13** NOVEMBRE  
9 h 30 à 11 h 30

## ATELIER JEUX DE SOCIETE ET JEUX D'AUTREFOIS

A travers des jeux coopératifs, les joueurs  
exploreront toutes les facettes de la  
mémoire : des souvenirs d'enfance, des  
moments historiques... l'essentiel est de  
partager ses ressources, ses informations,  
ses compétences... et gagner ensemble !

*Animé par l'association  
L'école de la paix -  
Muriel SCHMIDT/ Pascal BAILLY*

# A LA BIBLIOTHEQUE NOVEMBRE 2024

Inscriptions et renseignements :  
BIBLIOTHEQUE DE ROUHLING  
michele.g@rouhling.net  
07 82 57 66 83

mercredi **20** NOVEMBRE  
14h-18h

## ATELIER DE DESSIN

Portraits d'antan et couleurs d'automne  
Etude des visages jeunes et anciens, les  
expressions, regards, sourires, émotions  
(joie, tristesse, colère, contentement,  
surprise...) genre BD

*Animé par Daniel PHILIPPE*

vendredi **22** NOVEMBRE  
18h-21h

## SOIREE CINEMA-DEBATS

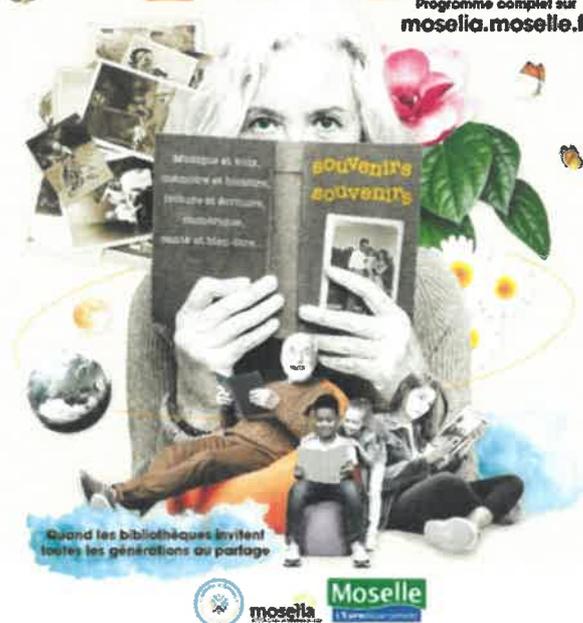
Films anciens sur la libération :  
**1er film** journal de la libération - Strasbourg -  
résistance en France  
**entracte**  
**2ème film** le secret du char Sherman - Bourg  
la Reine - percée du Général Leclerc à Saverne

*Animée par Daniel COLIN*

Les ateliers se déroulent :  
**SALLE D'ANIMATION  
DE LA BIBLIOTHEQUE  
13, rue Prévert  
57520 - ROUHLING**

UNE INITIATIVE DU DÉPARTEMENT DE LA MOSELLE

**esprits**  
**livres**  
1<sup>er</sup> > 30  
NOVEMBRE  
2024  
> 7<sup>e</sup>  
ÉDITION  
Programme complet sur  
moselia.moselle.fr



mardi **26** NOVEMBRE  
15h-17h

## ATELIER HYGIENE ENERGETIQUE

Théorie, tests énergétiques et pratique  
d'exercices faciles à adopter pour une hygiène  
énergétique quotidienne

*Animé par Michèle GABRIEL*

samedi **30** NOVEMBRE  
15h-17h

## ATELIER THEATRE

Veillée souvenirs...  
Chaque participant est invité à intervenir  
(maximum 5 mn) pour partager un souvenir, sous  
forme d'une histoire, une anecdote, un poème...

*Animé par Francis SCHISLER et sa  
troupe CH'EXPIRE*