

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 1^{er} > 30
NOVEMBRE
2024 > 7^e
EDITION



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^{er} > 30
NOVEMBRE
2024

> 7^e
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*