



créons
ensemble
des jours
heureux

JANVIER 2023

Neige en janvier,
blé au grenier

- Ven 06** **Culture et traditions** : conférence mensuelle animée par Annette FRIEH à la salle restaurant à 15h.
« **Le Culte des Rois Mages** » **Découverte des fêtes de l'Épiphanie dans divers pays européens.**
Épiphanie oblige, nous tirerons les rois.
Renseignements et inscription auprès d'Annette FRIEH au 03 89 71 40 81.
- Ven 13** **Culture et traditions** : conférence mensuelle animée par Annette FRIEH à la salle restaurant à 15h.
« **Fêter le jour de l'An en Alsace** » **Visites usuelles, divers cortèges, cadeaux et l'origine des cartes de vœux.**
Renseignements et inscription auprès d'Annette FRIEH au 03 89 71 40 81.
- Ven 13** **Atelier d'entraînement à la mémoire de 14h30 à 16h à l'Espace Bel Age à la salle du club.**
Prochain atelier le 27 janvier.
- Ven 13** **Rencontre mensuelle du Club « Iris ».** L'après-midi détente autour d'un café et gâteaux. Rencontres, discussions et anniversaires. Cette activité est proposée par des malvoyants pour les malvoyants. Groupe de discussions et de loisirs. **Prochaine rencontre le 27 janvier.**
- Mar 17** **Randonnée à la journée avec Bernard BOEHLI.**
Rendez-vous 9h30 sur le parking DARTY
Nous partirons du Reichenberg pour rejoindre le château St Ulrich en passant par le Schlusstein et le Giesberg. Nous redescendrons à Ribeauvillé et rejoindrons le point de départ par l'Osterberg.
Distance 13 km avec un dénivelé de 550m.
Repas de fête tiré du sac
Équipement de randonnée en fonction de la météo, chaussures, bâtons, boisson chaude.
Inscription obligatoire au 03 89 23 23 02 ou mail ihabold@apa.asso.fr.
- Jeu 19** **Balade avec Bernard. Départ 13h30 place St Joseph (Boulangerie Colle).**
Balade surprise 😊
Parcours sans difficultés majeures.
Bonnes chaussures de marche, habits de saison (nous serons peut-être exposés aux intempéries)
2ème paire de chaussures pour celles et ceux qui profitent du covoiturage.
Inscription obligatoire à l'Espace Bel Age au 03 89 23 23 02 ou ihabold@apa.asso.fr
- Ven 20** **Démarrage d'un Cycle de Sophrologie (8 séances) de 10h à 11h15 à l'Espace Bel Age**
Le cycle est pris en charge par la Conférence des Financeurs, la cotisation AMAELLES 2022-2023 de 23€ reste à votre charge.
Renseignements et inscription obligatoire au 03 89 23 23 02 ou ihabold@apa.asso.fr
- Ven 20** **Culture et traditions** : conférence mensuelle animée par Annette FRIEH à la salle restaurant à 15h.
« **La Petite Année** » Période privilégiée pour la protection du futur, mais aussi une période des interdits.
Renseignements et inscription auprès d'Annette FRIEH au 03 89 71 40 81.
- Lun 23** **Atelier cuisine PARTICIPATIF avec Mme Catherine ERDINGER à partir de 9h30.**
Repas équilibré, économique, de saison et facile à réaliser.
Le repas sera pris en commun et arrosé d'un verre de vin.
Prix : 12 € café inclus, à régler à l'inscription au plus tard le jeudi 19 janvier.
Plus aucune inscription sans règlement.
- Ven 27** « **On sort avec M.** » Les Katzensteine – Hohrod - Hohrodberg.
Programme détaillé 1 semaine avant la randonnée.
Inscription obligatoire auprès de Michel Roy ou par mail à ihabold@apa.asso.fr ou auprès de l'Espace Bel Age au 03 89 23 23 02.

Ven 27 **Culture et traditions** : conférence mensuelle animée par Annette FRIEH à la salle restaurant à 15h. Les métaux ont-ils une influence sur notre santé ? Dans la vie de chaque humain ? Intéressante découverte !

Renseignements et inscription auprès d'Annette FRIEH au 03 89 71 40 81.

A RETENIR...

- **Poker** de 13h30 à 17h, **tous les lundis**
- **Cithare** de 9h30 à 10h15 **tous les mardis**
- **Belote et Tarot** de 14h à 17h **tous les mardis**
- **Tricot** de 14h à 17h **tous les mardis**
- **Peinture** de 9h à 12h **tous les mercredis**
- **Echecs** de 15h à 17h, **tous les mercredis**
- **Rami, crapette** de 14h à 17h **tous les mercredis**
- **Scrabble duplicate** de 14h à 16h30 **tous les mercredis**
- **Origami** de 14h à 16h **les 2^{ème} et 4^{ème} mercredis du mois**
- **Marche nordique** de 9h à 11h Colmar et environs **tous les jeudis**
- **Peinture sur porcelaine** de 14h à 17h **tous les vendredis**
- **Séance assistance pour l'informatique personnalisée (sur demande)**
- **Séance initiation tablette, ordinateur, smartphone (inscription)**

Rejoignez-nous
sur Facebook



En février

05/02 : Ballet : « Giselle ». **8,50€** - Inscription et paiement à l'Espace Bel Age jusqu'au 02 février.

09/02 : Sortie à Kirrwiller. **Programme détaillé à l'Espace Bel Age.**

12/02 : Heures Lyriques : « Album Poulenc » **8,00€** - Inscription et paiement à l'Espace Bel Age jusqu'au 09 février.

**Toute l'équipe de l'Espace Bel Age
vous souhaite une bonne année 2023!**

Retrouvez le programme et nos clubs sur notre site
[Animations et prévention santé pour bien vieillir – Amaelles](#)
et sur notre page Facebook [Amaelles Animations 68 | Facebook](#)

Pour tout renseignement et inscription, adressez-vous à l'accueil de
Espace Bel Age, 14 rue Berthe Molly - 68000 Colmar – Tél : 03 89 23 23 02
eba@apa.asso.fr

