

Volontariat

La Clairière de Fayenbois Cafétéria et Potager Collectif

Tous les dimanches, un groupe de volontaires propose une cafétéria conviviale à la maison de repos de Fayenbois ainsi qu'un potager collectif pendant la semaine.

Vous aussi devenez volontaire!

Contactez Gisèle Sarlet

0473/29 53 31 - 04/341.01.26
sarletgisele@gmail.com

Activités Ponctuelles

Découverte ludique de la Ville de Liège avec les élèves des Rivageois (en mai)

Excursions, visites et découvertes.

Faites germer vos projets

Vous désirez organiser un projet ou une action pour et avec des +50ans, contactez-nous !

Pour plus d'infos sur:

- le théâtre wallon
- les opérettes
- les excursions
- le volontariat
- le sport
- des vacances

www.eneo-liege.be

Toutes nos activités sont organisées par et pour les personnes de plus de 50 ans avec l'attention que les participations aux frais soient aussi réduites que possible.

Elles se font dans un esprit de totale convivialité, se pratiquent à des prix démocratiques et respectent chacun dans sa personnalité et ses convictions.

Vs 24.11.20

énééo
mouvement social des aînés

Partenaire **Mutualité chrétienne**

**Secteur
de
Liège**



2019-2020

énééoSPORT

Culture et Convivialité

Une belle occasion de faire des connaissances ou de briser l'isolement

Club St Gilles

Quartier St Gilles

Convivialité, jeux de cartes, chant, goûter,...

Inès Sullon 0473/35 79 98

Jeux d'Esprit « Seniors cerebro »

Quartier St Léonard

Jeux de société divers

Josette Dejonghe 04/341 16 02

dejonghe.josette@hotmail.be

Le Senior Comedy Show !

Quartier Outremeuse

Des aînés liégeois heureux de vous présenter: spectacle, sketches et cabaret pour vous amuser.

Pour demander une prestation ou rejoindre notre groupe: contactez Rose-Marie Fouarge 0475/56 35 37 fouargerosemarie@yahoo.fr

Balades des Gens Heureux

Lg Centre

Se balader à Liège en convivialité.

D'avril à septembre - un lundi sur deux. Inscription obligatoire pour recevoir le lieu de rendez-vous

Marlène Reinartz 0495/69 47 00

marlene.r@belgacom.net

La Toile Alternative

Lg Centre

Ciné débat avec une équipe dynamique

Un lundi sur 2 au cinéma Churchill ou au cinéma Le Sauvenière.

Pour connaître le titre du film, les dates et vous inscrire, contactez

Marlène Reinartz 0495/69 47 00

marlene.r@belgacom.net

Cours et Informations

Cours d'Anglais

Lg Centre

Cours depuis « faux débutants » jusqu'à la table de conversation.

Ambiance conviviale, en petits groupes de 8 à 14 participants.

Anne-Marie Evrard 04/358 52 26

am.evrard@teledisnet.be

Tablette et Smartphone

Lg Centre

Ateliers pour mieux comprendre son smartphone.

Pour débutant et pour perfectionnement à la salle de lecture de la bibliothèque des Chiroux Le lundi matin, sur inscription uniquement

Anne Otten 0478/55 35 28

otten.brouwers@gmail.com

Découverte Méditation Pleine Conscience

Apprivoiser le stress et les émotions, diminuer l'anxiété et les ruminations mentales, soulager les tensions et les douleurs chroniques, augmenter la vitalité, améliorer la santé et profiter de la joie d'être pleinement vivant !

Sous réserve du nombre d'inscrits.

Véronique de Wit 04/257 64 03

vero.dewit@skynet.be

Code de la route

Lg Centre

Se rafraichir la mémoire et réactualiser ses connaissances du code de la route avec un agent de police. Il n'y a pas d'examen à repasser, c'est juste un rafraichissement en 6 séances.

Micheline Destatte 0485/91.16.65

michelinedestatte@gmail.com

Clubs Sportifs

énéoSPORT

« Bouger ça fait un bien fou ! »

Feldenkrais

Lg Centre

Tai-Chi

Lg Centre

Yoga

Lg Centre

Anne-Marie EVRARD 04/358 52 26

am.evrard@teledisnet.be

Zumba Gold

Lg Centre

Gymnastique Douce

Lg Centre

Aquagym

Rue St Gilles

Nicole Genot 04/253 56 94

adam.genot@gmail.com

Gymnastique

Laveu Quartier Laveu

Monsieur Hoffmann 04/253 26 02

Viactive Saint Gilles

Quartier St Gilles

Gymnastique adaptée en musique

Inès Sullon 0473/35 79 98

Viactive Angleur

Quartier Angleur

Gymnastique adaptée en musique

Véronique de Wit 04/257 64 03

vero.dewit@skynet.be

Micheline Destatte 0485/91.16.65

michelinedestatte@gmail.com