

ACTIVITES SENIORS FEVRIER 2026 – Espace de Vie Seniors			
	ACTIVITES REGULIERES	RYTHMICITE	FEVRIER 2026
MATIN	<u>Danses en position assise</u>	Les Vendredis semaines impaires de 9H00 à 10H00	13+27 Février 2026
	<u>Sophrologie</u>	Les Lundis de 9H00 à 10H00 semaines paires	2+16 Février 2026
	<u>Renforcement musculaire et travail de l'équilibre</u>	Mardis de 9H à 10H hors vacances scolaires à la salle polyvalente (entrée arrière)	3+10 Février 2026
	<u>Danses en ligne</u>	Les Vendredis semaines paires de 9H00 à 10H00	6+20 Février 2026
	<u>Qi Gong – Tai chi</u>	Les Lundis semaines impaires de 9H00 à 10H00	9+23 Février 2026
APRES-MIDI	<u>Marche nordique</u>	Tous les Lundis à 14H15 – Départ au début du parcours de santé	2+9+16+23 Février 2026
	<u>Trico-crochet</u>	Tous les Lundis à 14H	2+9+16+23 Février 2026
	<u>Spielsch mit un Kaffee Kraentzel – Jeux de société et goûter causerie</u>	Les Jeudis semaines paires à 14H, et les Vendredis semaines impaires	Jeudis 5+19 Vendredi 13

ATELIER – CREATIONS ARTISTIQUES – sur inscription en Mairie ou auprès de Laura TRAUTMANN – Places limitées Intervenante financée par la Commission des financeurs – Participation de 30euros (matériel et cuisson de la céramique)		
Céramique – Made in Elsass – Diverses créations autour de l'Alsace et sa culture	Jeudi 26 Février 2026 à 14H30 à l'Espace Seniors	Jeudi 12 Mars 2026 à 14H à l'Espace Seniors

ATELIERS PATISserie INTERGENERATIONNEL	
Confection de Beignets à l'occasion de Mardi Gras pour petits et grands	Jeudi 19 Février à 13H30 à l'Espace Seniors Inscriptions par retour mail

ES DAEMPFT IN DE KIECHE / RENDEZ-VOUS GOURMANDS	
Déjeuner convivial : Crêpes farcies à l'occasion de la Chandeleur	Le Mardi 3 Février 2026 de 12H à 13H30 à l'EVS
Déjeuner convivial : Galettes de pomme de terre/soupe de légumes/compote	Le Vendredi 6 Février 2026 de 12H à 13H30 à l'EVS
Déjeuner convivial : Gratin de choux-fleurs/tarte au citron	Le Vendredi 13 Février 2026 de 12H à 13H30 à l'EVS
Déjeuner convivial Enfants/Grands-Parents : Spaghettis bolognaise et beignets à l'occasion de Mardi Gras	Le Vendredi 20 Février de 12H à 13H30 à l'EVS
Déjeuner convivial : Fleischnaecke	Le Vendredi 27 Février de 12H à 13H30

Déjeuner carnavalesque avec animation musicale à ROESCHWOOG	
Déjeuner Waedele ou Jambon au riesling/salade de pomme de terre/Formage/Dessert/Café/Gâteau 25€	12 Février 2026 à 11H29 à la MOC de ROESCHWOOG Inscription auprès de Martine avant le 24 janvier 2026 Covoiturage possible

Pour les déjeuners, merci de s'inscrire auprès de Laura TRAUTMANN par retour mail.

Laura TRAUTMANN
Animatrice-Coordnatrice
espace-seniors@schirrhein.fr
06.72.23.25.07