

Activités mensuelles – Novembre 2026				
Vendredi 06/11 : 9h15 :Scrabble géant	Vendredi 20/11 : 9h15 :Scrabble géant	Jeudi 05/11 : Sarbacane au foyer de Marienau	Mardi 10/11 : 14h : Scrapbooking Participation: 1 ticket activité	Mardi 17/11 : 14h : Calligraphie Participation: 1 ticket activité
Vendredi 13/11 : 9h15:Mémoire Allemand	Vendredi 27/11 : Mémoire Français	Jeudi 19/11 : Sarbacane au foyer de Marienau	Mercredi 25/11 : 14h : Karaoké Participation: 1 ticket activité	Mercredi 25/11 : 14h30 : Anniversaire Mois de novembre Résa avant le 16/11/26
Plus d'informations au secrétariat				

Les mardis de l'INFO de 9h30 à 11h30

Mardi 3 novembre 2026 et mardi 17 novembre 2026 : Mises à jour des PC et smartphone

Les mises à jour sont essentielles pour conserver des appareils performants et sécurisés. Ces deux séances vous permettront de **comprendre leur utilité, apprendre à les effectuer correctement et gérer les mises à jour automatiques**, tout en découvrant les bons réflexes pour éviter les problèmes.

Mercredi 4 novembre 2026

Gaufres à volonté. Venez déguster quelques douceurs au Club à partir de 15h. **Tarif : 5€.** **Inscription obligatoire.**

Mardi 10 novembre 2026

Présentation du programme ICOPE, soutenu par le ministère de la santé et agréé par l'OMS. Il s'adresse à toute personne de + de 60ans désireuse de maintenir sa forme physique, morale et intellectuelle. Il repose sur un test autour de 9 capacités essentielles puis une réévaluation tous les 6 mois. La CPTS Porte de France Moselle sera présente pour vous accompagner dans les 1^{ères} étapes de ce programme. **A partir de 10h au club.**

Jeudi 12 novembre 2026

Vous souhaitez faire connaissance avec le groupe de gym ? Liliane vous propose un repas en commun. **A partir de 11h30 au club. Repas : 13€**

Jeudi 12 novembre 2026

Suite de l'« **Atelier philosophique** » autour du Petit Prince et lectures diverses avec Liliane Gehringer. **Rendez-vous à 14h30 au club**

Mardi 17 novembre 2026

Sortie au restaurant du **Lycée Hôtelier de Freyming Merlebach.** Le chef ainsi que ses élèves vous proposent le menu suivant : Amuse-bouche, œuf parfait sauce chaurce, filet de sandre beurre blanc au champagne, sabayon aux fruits rouges, boissons comprises. Départ en bus de l'office du tourisme à 11h45. Retour vers 14h30. **Pour les membres : 45€. Pour les non-membres : 51.70€. Paiement à l'inscription avant le 06/11/26.**

Mercredi 18 novembre 2026

Art floral avec Déborah pour la réalisation de la couronne de l'avent. Paiement avant le 16/11/26. Après cette date, la composition est à récupérer si vous ne pouvez pas participer à l'atelier. **Rendez-vous à 14h. Pour les membres : 25€. Pour les non-membres : 28.70€.**

Jeudi 19 novembre 2026

Beaujolais Nouveau à partir de 11h30 au Club Barrabino. Au menu : Pâté en croûte, coq au vin, écrasé de pomme de terre et flageolets, assiette de fromage et raisin, eau et beaujolais compris. **Repas : 20€**
L'après-midi, **bal** de 14h à 16h30. L'animation sera assurée par M. Botz
Pour le goûter, un buffet sucré à volonté vous sera proposé. Café compris. **Participation : 10€**

Mardi 24 novembre 2026

Après la vie active : trouver un nouvel équilibre. Venez participer à une conférence interactive pour mieux comprendre les changements liés à la retraite et au vieillissement, préserver son moral et maintenir le lien avec les autres. Animée par deux formatrices et thérapeutes en santé mentale, accompagnement et communication non violente, la rencontre alternera : **échanges, conseils pratiques et théâtre-forum** permettant de réfléchir ensemble à des situations du quotidien et aux ressources pour bien vivre cette nouvelle étape. **Au foyer du Creutzberg de Forbach à partir de 14h30. Entrée gratuite avec le soutien de Labelvie.**

Jeudi 26 novembre 2026

Et si cette année, nous renouons avec le sens et les souvenirs de Noël autour des recettes traditionnelles des **Pains d'Anis et des Zimtwaffeln** ? Un après-midi convivial pour (re)découvrir, réaliser ensemble et partager un moment chaleureux autour d'une dégustation en compagnie de Damien SCHUHLER. **A partir de 14h30. Animation gratuite sur inscription avec le soutien de la commission des financeurs de Moselle.**

Pour toutes ces activités, merci de vous inscrire.

☎03.87.85.33.58. ou contact@barrabino.fr