

LinGO les Seniors !



# AGENDA 2023

SORTIES • ACTIVITÉS • ANIMATIONS

## RENSEIGNEMENTS

Centre Communal d'Action Sociale  
Blanche MARZIOU  
ccas@lingolsheim.fr  
03 88 78 88 89



Ville de  
**LINGOLSHEIM**

## SORTIES

### ► Musée Théodore Deck et des Pays du Florival à Guebwiller

Dîner tarte flambée à L'Ange à Lipsheim

Vendredi 24 février 2023

### ► Les Jardins de Callunes à Ban de Sapt

Déjeuner Au Bon Gîte à Senones

Vendredi 5 mai 2023

### ► Le chemin des cîmes à Drachenbronn

Déjeuner à l'Auberge du Pfaffenschlick à Climbach

Vendredi 23 juin 2023

### ► Croisière sur l'III

Déjeuner sur le bateau

Vendredi 8 septembre 2023

### ► Musée Lalique

Déjeuner au Château du Hochberg à Wingen-sur-Moder

Vendredi 24 novembre 2023

## CONFÉRENCES

La Ville de Lingolsheim organise des conférences à la Maison des Arts (une conférence par trimestre).

Pour vous y rendre plus facilement et en toute sécurité, un service de covoiturage ou de raccompagnement à l'issue des conférences vous est proposé. *Inscription auprès de Mme Blanche Marziou - 03 88 78 88 89.*

## ACTIONS DE PRÉVENTION

### ► Spectacle "Vivre sa retraite avec humour"

Par l'Association Atout Age (1<sup>er</sup> trimestre)

### ► Atelier "Sommeil, mon allié santé"

Par la Mutualité Française (2<sup>ème</sup> trimestre)

### ► Atelier "Bien sous la couette"

Par l'Association Atout Age (3<sup>ème</sup> trimestre)

### ► Atelier "Dépression, comprendre pour mieux agir"

Par la Mutualité Française (4<sup>ème</sup> trimestre)

## ACTIVITÉS SPORTIVES

### ► Marche nordique

Au Parcours de Santé à l'Espace Zimmer

### ► Parcours de Santé

Des ateliers adaptés aux Seniors en libre accès

## APRÈS-MIDI DANSANT

Organisés par la Ville de Lingolsheim, les thés dansants ont lieu à l'Espace Albatros de 14h30 à 17h30 :

- Dimanche 5 février
- Dimanche 2 avril
- Dimanche 7 mai
- Dimanche 1<sup>er</sup> octobre

*Espace Albatros - 1 rue du G<sup>al</sup> de Gaulle à Lingolsheim -  
03 88 76 55 00*



## ATELIERS INFORMATIQUES

Des ateliers d'initiation à l'outil numérique sont proposés aux débutants qui souhaitent découvrir internet et les nouveaux outils technologiques. Des ateliers de perfectionnement sont également mis en place pour celles et ceux qui souhaiteraient approfondir leurs connaissances.

*Renseignements et inscriptions auprès du CCAS.*

## JEUDIS DE L'ESPACE LANDSBERG

**Tous les jeudis de 10h à 16h, un temps d'échanges** autour d'un repas, de jeux de société ou d'autres activités vous est proposé.

*Rendez-vous à la Résidence Landsberg - 3 rue Jean Monnet à Lingolsheim.  
Inscriptions auprès du CCAS.*