

## 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](mailto: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](http://www.eneo-liege.be)

N'hésitez pas à contacter le secteur de Liège

Jean-Claude Hougardy 04/365 96 97  
Véronique de Wit 04/257 64 03

[eneo.secteurLG@gmail.com](mailto:eneo.secteurLG@gmail.com)

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 20-08-2019



Secteur  
de  
Liège



2019-2020

énééo SPORT

## 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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto: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](mailto:vero.dewit@skynet.be)

Micheline Destatte 0485/91.16.65  
[michelinedestatte@gmail.com](mailto:michelinedestatte@gmail.com)