



## Le mot de l'équipe

Chers adhérents, nous avons le plaisir de vous communiquer le programme du 1<sup>er</sup> semestre 2023. Les inscriptions à l'atelier Tai-chi se feront directement à partir du site de la [Mairie de Lille](#). Un nouvel atelier Assistance informatique vous est proposé le vendredi matin, entre 9H30 et 12H (Rv depuis notre [site](#)). Nous recherchons des bénévoles cinéphiles pour animer l'atelier cinéma (prendre contact avec Vincent Rosset). Un grand merci à toutes celles et ceux qui participent activement, soit comme animateurs, soit comme adhérents, à la vie de notre association et bienvenue aux adhérents qui voudront rejoindre l'équipe pour faire vivre notre association !

## ACTIVITES de janvier à juin 2023

### Randonnées pédestres

A partir du 01/03/2023 Roubaix  
Le mercredi de 9H30 à 12H  
toutes les 2 semaines

Dominique BRENNE : 06.88.62.88.12  
Dominique DUBOZ : 06.61.92.10.63  
Sylvia GIARD : 06.11.60.65.74  
Catherine DAYEZ : 06.88.87.49.26  
Michel SCHOONAERT

### Sophrologie conscience en harmonie\*

A partir du 09/01/2023  
Palais des sports salle C

NADIA ANNOUH :  
06.07.65.78.21  
Lundi de 14h30 à 15h30  
sauf vacances scolaires

### Sophrologie Stress et sommeil\*

A partir du  
05/01/2023 pas de  
séances en février 2023  
Les Dintellières

Laurence BOUCHEZ :  
06.09. 07.71.30  
Jeudi de 18H à 19H



## NOS ATELIERS de janvier à juin 2023



### Nouveau ! Atelier informatique

A partir du 14/01/2023  
Vendredi de 9H30 à 12H hors  
vacances scolaires - Les Dintellières  
Laurent

### Gymnastique douce\*

A partir du 09/01/2023  
Lundi de 9H30 à 10H30  
sauf vacances de Pâques  
Salle C Palais St Sauveur  
Quentin SOYEZ

### Gymnastique mémoire\*

Reprise le 05/01/2023  
Jeudi 9H15 à 10H15 sauf  
vacances de Pâques  
Palais St Sauveur salle B  
Elise

### Jeux de cartes Tarot

A partir du 09/01/2023  
Lundi de 14H30 à 16H30 -Les  
Dintellières  
Danièle LANGLET et Sylvia GIARD

### Atelier mémoire

A partir du 06 et 20/01/2023  
Vendredi de 15H à 16H30 - Les  
Dintellières  
Antonius (*mémoire culturelle*)  
Claudine Van Agthoven  
(*exercices de mémoire*)

### Jeux de société

A partir du 04/01/2023  
Mercredi de 14H à 16H -Les  
Dintellières  
Claudine Van Agthoven

Les bons plans : voir le programme  
sur le site <https://interageslille.org/>



L'équipe d'InterAges vous contactera si des offres intéressantes pour des groupes sont proposées par des partenaires : cinéma, danse, opéras, concerts, spectacles...



- ❖ L'adhésion est de 20€ assurance incluse : elle se renouvelle chaque 1er septembre
- ❖ *Certaines activités (marquées d'un \*) font l'objet d'un paiement à la séance de 4,00 €.*
- ❖ Les carnets de 5 tickets sont en vente lors des permanences au bureau de l'Association
- ❖ Vacances scolaires 2023 : du 11 au 25/02/2023 et du 15/04 au 02/05/2023
- ❖ *Nos activités se conformeront aux instructions données par le gouvernement et par la municipalité qui nous fournit les locaux. Les animateurs des séances vous en feront part au fur et à mesure de l'évolution de ces consignes.*



Christiane vous accueille et vous renseigne aux Dintellières le **lundi et vendredi de 9H30 à 12h** (hors vacances scolaires).



*Une équipe au service de votre bien-être*

Janvier/Juin  
2023

Toutes nos activités d'un simple clic : [ACCUEIL - Association Inter Ages](#)



Espace Les Dintellières : 97, rue Saint-Sauveur 59000 LILLE

Téléphone : 07.68. 06. 70. 05 Mail : [interageslille@gmail.com](mailto:interageslille@gmail.com)

Maj : 18/12/2022