



Édito : décembre 2025

Dans un contexte difficile, la fin d'année 2025 approche, ouvrant la voie à 2026, une nouvelle année pour aller plus loin ensemble. Malgré les défis qui s'annoncent, ne baissons pas les bras, cultivons l'esprit de convivialité et d'amitié qui nous anime pour continuer à s'impliquer, renforcer nos activités et nos rencontres à la recherche du bien commun.

C'est à ce titre que nous devons remercier nos bénévoles, pour leur dynamisme et leur engagement, de vous remercier, vous aussi, pour votre fidélité et votre soutien, en souhaitant la bienvenue à tous les entrants !

Vous l'aurez compris rien ne peut aboutir sans engagement, car « l'engagement fait la force ».

Il vous appartient alors d'apporter vos suggestions, exposer vos points de vue et votre attachement à l'association en la faisant vivre de façon solidaire. Il suffit de peu de choses pour que tout se mette en route, il suffit d'une petite idée pour que se réalise un grand projet.

A l'approche des fêtes, il est temps de nous réjouir des belles actions accomplies et de partager de bons moments en famille et entre amis. Le romancier Paulo Coelho écrivait « Le bonheur, ce n'est pas d'avoir tout ce que l'on désire, mais d'apprécier ce que l'on a ».

Au nom de tous les membres du comité, je souhaite à chacun et chacune d'entre vous et à vos familles, un Joyeux Noël et d'excellentes fêtes de fin d'année. Prenez soin de vous !

Avec toute mon amitié.

Jean-Marie MICHALIK

ARCAL - Programme du 1^{er} semestre 2026

VŒUX et GALETTE DES ROIS : 8 janvier 2026 - inscription obligatoire

STAGE MEMOIRE N° 1

Ce groupe des habitués est COMPLET

STAGE MEMOIRE N°2

Ce groupe est créé pour satisfaire les demandes d'inscriptions en attente. Les séances ont lieu les VENDREDIS MATIN à 9h30 précises au 3 bis rue Abbé Châtelain Montigny

ATELIER MEMOIRE (Robert OUDEVILLE)

Séances autonomes, sans animateur extérieur, et gratuites,

MARCHES du lundi après-midi : (Étienne TOUCHEBOEUF) a repris la gestion de cette activité ; lire le calendrier sur le site ARCAL Metz

CLUB LECTURE (Michelle OUDEVILLE) : un mercredi après-midi par mois de 14h à 17h

REPAS DES ANCIENS (Madeleine MASSON) :

BOWLING (Françoise CARCELLE) : 1 séance par mois

DANSE DE SALON (Clémentine DE SAINT-FELIX) en stand-by

ANGLAIS (Elizabeth JODIN) : en stand-by

ATELIER D'INFORMATIQUE (Didier RETTER) ; les mardis de 14h-16h, rue Rochambeau.

JEUX DE CARTES (Chantal DEBUIRE et Martine THOMASSIN) : de 14h30 à 17h30 à la salle des associations à côté de la Piscine de Montigny les Metz.

IKEBANA (Anne-Marie BRION) : les mardis 6 janvier, 3 février, 3 mars, 7 avril, 5 mai, 2 juin 2026. Salle des associations à côté de la Piscine de Montigny les Metz.

SORTIES (Jacques et Marie DENGHER) – PROMENADES CULTURELLES : elles se poursuivent à un rythme quasi hebdomadaire. La plupart du temps le jeudi parfois le vendredi selon certains horaires d'ouverture.

SORTIES RESTAURANT (Étienne et Chantal TOUCHEBOEUF) : 14 janvier, 11 mars, 20 mai, 22 juillet, 23 septembre et 18 novembre 2026

ASSEMBLEE GENERALE 2026 : samedi 14 mars à la salle polyvalente de LA MAXE

VOYAGES

(Étienne et Chantal TOUCHEBOEUF) :

du 16 au 24 janvier 2026 : croisière dans les **Caraïbes**

du 29 juin au 4 juillet 2026 : croisière sur la **Loire**

(Jean-Marie MICHALIK) : circuit en **Écosse** du 14 au 21 septembre 2026.

SEJOUR DE RANDONNEES (Didier RETTER) : du 18 mai au 26 mai 2026 **région de Munster** en Alsace.

FORMATIONS aux 1^{ERS} SECOURS et REMISE à NIVEAU CODE DE LA ROUTE : en attente de confirmation des dates 2026