La Fédé fait son Mag !

Ca bouge côté Seniors !

NOUVEAUTE
BOXE SENIORS
A WOIPPY

EVENEMENT
CONCOURS DE TAROT

TEMOIGNAGE
UNE VIE DE BENEVOLAT

VIEILLIR
AVEC LE SOURIRE

"CHERS LECTRICES, CHERS LECTEURS,"

La rentrée est toujours un moment particulier : celui où l'on mesure le chemin parcouru et où l'on prépare la suite.
Cette année, notre Fédération compte désormais 21.000 adhérents. Ce chiffre traduit la vitalité de nos clubs, l'engagement de nos bénévoles et la confiance que vous nous accordez.
Il fait de la Fédération Seniors Moselle un acteur incontournable du bien-vieillir sur notre territoire.

Cet été et cette rentrée ont été marqués par deux temps forts : notre présence à « Metz Plage », qui nous a permis d'aller à la rencontre d'un large public, et « Septembre Bouge », un moment festif et sportif qui a rassemblé nos clubs et les générations. Deux nouveaux challenges relevés grâce à l'énergie de toutes celles et ceux que je remercie chaleureusement.
Notre Fédération a obtenu la reconnaissance Economie Sociale et Solidaire ainsi que le label Guid'Asso : deux gages de confiance qui attestent du sérieux de notre action et de la rigueur de notre gouvernance.
Mais notre force reste avant tout la proximité. Après la belle réunion territoriale de Bitche, nous poursuivons ces rencontres pour aller au-devant de nos clubs, écouter leurs attentes et construire ensemble l'avenir de notre réseau.

Cette rentrée est aussi celle des projets. Nous travaillons sur plusieurs initiatives nouvelles qui permettront de valoriser encore davantage notre Fédération, de renforcer notre reconnaissance auprès de nos partenaires et d'offrir de nouveaux services à nos clubs.
Nous vous les présenterons très prochainement.

Plus que jamais, notre force,
c'est vous.
Belle rentrée à toutes et à tous !

Christian Septon

PRÉSIDENT

EVENEMENTS

FÊTE DU SPORT



Pour ce grand rendez-vous du sport, nous étions au Parc de la Seille le samedi 12 septembre. Les plus jeunes ont pu testé une tenue lestée conçue pour sensibiliser aux effets de l'avancée en âge....
Merci au CDOS 57, organisateur de l'événement de nous avoir permis d'être là !

FOOT EN MARCHANT

A l'invitation du Club Barrabino de Forbach, le 7 juillet dernier, nous avons réuni clubs seniors, étudiants et clubs de foot autour d'un événement de découverte du foot en marchant.
Une discipline qui permet de pratiquer le foot en douceur et de fouler les pelouses du stade... après 50 ans !



Une première !

La Fédération Seniors Moselle était présente à **Metz Plage** cet été. Une grande première, avec des animations sportives et bien-être, mais aussi une initiation au self defense et de la médiation animale. Nous remercions la Ville de Metz de nous avoir donner l'opprortunité de présenter nos activités.



Destination Paris !





Jeudi 1er octobre, direction la capitale pour une belle journée d'évasion !

Une escapade Parisienne placée sous le signe de la découverte et du plaisir de partager, avec au programme :

Croisière en bateau-mouche, pour admirer Paris et ses plus beaux monuments depuis la Seine.

Déjeuner dans un restaurant parisien, l'occasion de reprendre des forces et de savourer un agréable moment.

Visite guidée de Notre-Dame de Paris, un joyau incontournable au cœur de la capitale.

Départ en bus de Metz vers 5h00 et retour prévu vers 22h00 : une grande journée bien remplie, mais surtout de beaux souvenirs à la clé !

Le voyage est déjà complet !

On vous promet une nouvelle escapade en 2027 !

MARCHE GOURMANDE



Organisé en partenariat avec la Ville de Woippy, un parcours gourmand de 8kms a eu lieu le 2 octobre, et a rencontré un beau succés ! Merci d'être toujours au rendez-vous pour faire honneur à nos évènements et à la joie d'être ensemble !

REUNION TERRITORIALE



La Résidence Les Myosotis de Bitche nous a accueilli le 16 septembre dernier pour ce temps d'échange important avec les acteurs de terrain et les associations de seniors du secteur.

Plusieurs enjeux ressortent de nos échanges : Des difficultés croissantes à recruter des bénévoles prêts à s'investir dans la vie associative;
La nécessité de renforcer la lutte contre l'isolement des personnes âgées ;
La volonté de mettre en place des actions communes à l'échelle du territoire ; Le besoin de donner davantage de visibilité aux événements organisés par les clubs seniors.
La Fédération va poursuivre sa réflexion afin de proposer des solutions adaptées aux réalités des clubs.

RENDEZ-VOUS CULTURELS

Le 1er semestre 2026 a été riche en événements culturels, avec notamment 3 visites guidées du Centre Pompidou de Metz. 60 personnes ont pu participées à ces rencontres avec l'art et la culture. Une visite chorégraphiée a permis de découvrir les oeuvres sous un nouveau regard.





BOXE SENIORS

Un tout nouveau cours de **BOXE SENIORS** a débuté à la rentrée de Septembre à l'Olympium de Woippy. : Un sport sans contact, pour développer le cardio, la coordination et la combativité.
Chaque lundis de 10h à 11h, Ryhan se propose de vous entraîner.

Pour vous inscrire :
03 87 65 49 00

La Fédération Seniors Moselle franchit une nouvelle étape avec le label Guid'Asso.
En effet, nous avons rejoint officiellement le réseau Guid'Asso en tant que structure labellisée « Information ».



DROITS, AIDES & *Infos pratiques*

Notre engagement pour les acteurs associatifs :

- Accueil & Écoute : Un premier point de contact sans filtre pour tous les porteurs de projets.
- Réponses opérationnelles : Une expertise simplifiée pour lever les blocages administratifs ou techniques.
- Orientation stratégique : Une mise en relation ciblée avec les interlocuteurs spécialisés du réseau.

En intégrant ce réseau national décliné localement, nous réaffirmons notre rôle de pilier pour la vie associative sur notre territoire.

Parce que chaque grande initiative commence souvent par une simple question, nous nous positionnons comme ce premier point d'appui indispensable pour transformer une idée en action concrète.

Guid'Asso Information

Le Portrait de Dominique



Une vie au service du bénévolat

Présidente de l'Association Vive la Vie de Sainte-Marie-aux-Chênes, Dominique fait aussi partie du Conseil d'Administation de la Fédération.

Son engagement bénévole ne date pas d'hier… Il remonte à 1964, alors qu'elle n'avait que 10 ans ! Et elle n'a jamais cessé depuis !

Des enfants aux adolescents, puis aux adultes, Dominique est aujourd'hui engagée auprès des seniors. Avec son équipe, elle les « chouchoute » en leur proposant des jeux, des sorties, mais aussi une écoute précieuse. Elle anime également les séances mémoire pour son club.

Et lorsqu'on lui demande quelle est sa plus belle récompense, Dominique n'hésite pas :

« C'est d'entendre un de nos aînés dire : "J'attends le vendredi avec impatience car cela m'oblige à sortir, à me pomponner et je rencontre des copines. Pendant ce temps, j'oublie mes soucis."

Une belle illustration de ce que peut apporter le bénévolat : créer du lien, rompre l'isolement et offrir des moments de bonheur et de partage.

EN PROJET

CONCOURS DE TAROT :

Faites chauffer les cartes car nous annoncerons bientôt la date de cette grande journée dédiée aux amateurs de tarot.

On vous en dit plus prochainement.



ESPRITS LIVRES :



Comme chaque année, la Fédération Seniors Moselle participera activement à cette manifestation pour proposer des ateliers gratuits dans les bibliothèques et médiathèques du réseau Moselia. Notre nouvelle activité Escape Game sera proposée dans les médiathèques de Moselle. Le programme sera dévoilée prochainement.

A l'affiche

Nous accompagnerons les élèves du Lycée Alain Fournier de Metz, dans le cadre du **Festival du Film Sportif de Moselle 2027**, et réaliserons ensemble un court-. métrage, pour porter un message fort : Le sport est avant tout synonyme de santé et de partage. Un projet qui prend tout son sens avec les étudiants en BAC PRO AEPA. Rendez-vous en avril prochain pour découvrir les images !

LES EVENEMENTS DES CLUBS ADHERENTS

ASSOCIATION DE LA CÔTE DE LORRY MARDIGNY

DU 4 AU 11 NOVEMBRE 2026
à Lorry Mardigny

Une exposition, des conférences
et un moment musical et dansant,
“D’une guerre à l’autre”, un livre consacré à la vie des habitants de Lorry-Mardigny des années 1920 à 1950



Pour plus d'informations :
https://www.lorry-mardigny-patrimoine.fr/histoire/

VOUS SOUHAITEZ FAIRE APPARAITRE VOTRE ÉVÉNEMENT SUR CETTE PAGE ?

Envoyez -nous votre programme ou votre affiche
Nous le publierons ici.

ET SI ON TENTAIT QUELQUE CHOSE DE NOUVEAU CET HIVER ?



« À l'intérieur de chaque personne âgée, il y a un jeune qui se demande ce qui s'est passé. » Groucho Marx



FÉDÉRATION
SENIORS MOSELLE

Rejoignez-nous !

Sur Facebook :

Rubrique vitalité, actus des clubs, cours de sports, nouveautés seniors....

Sur Linked In :

Nos événements, partenariats et offres d'emplois

Notre site internet :

Tous nos ateliers et tous nos cours, les événements en Moselle, nos articles et notre actualité au service des clubs seniors du département, nos partenaires

3 place Saint Martin, 57000 METZ
03 87 65 49 00
contact@federationseniorsmoselle.fr

Moselle L'Eurodépartement

Avec le soutien financier de la conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie des personnes âgées animée par le Département de la Moselle