

# PROGRAMME

## de l'Espace Séniors Louis-Poizeaux DE JANVIER À AVRIL 2025



### OUVERTURE

Du lundi au vendredi  
de 14h à 17h

Pour les jeux libres  
(rami, tarot, belote, poker,  
échecs, dames...)

# JANVIER

Inscriptions pour les activités de janvier  
du mardi 3 décembre 13h30 au jeudi 5 décembre 18h

## Lundi 6

Cinéma à 14h à L'Avant-Scène  
Sur invitation



## Mardis 7, 14, 21, 28

Stage "découverte de jeux de société"  
Gratuit - Sur inscription

## Mercredi 8

- Repas à la restauration en compagnie des enfants de l'ALSH "L'Oasis"  
De 2€ à 4€ - Sur inscription  
- Le numérique avec Éric, solutions pour smartphone, tablette...

## Jeudi 9

Tournoi de scrabble

## Vendredi 10

Réunion d'information pour le séjour de printemps à Venise à 10h

## Dimanche 12

Vœux du Maire à la population  
Salle René-Cassin à 16h

## Mercredi 15

De fil en aiguilles, venez passer un moment convivial tout en tricotant

## Jeudi 16

Loto

## Lundi 20

Tournoi de belote

## Mercredi 29

Paroles et Tartines :  
"Initiation à la langue des signes"  
Gratuit - Sur inscription



## Jeudi 30

Café visite à l'espace Camille-Lambert  
RDV à 14h30 au stade Pierre-de-Coubertin  
Gratuit - Sur Inscription

## Vendredi 31

Sortie : "Celtic Ovation"  
Musique et danse Irlandaise à 20h30  
à l'Espace René L'Helguen d'Athis-Mons  
RDV à définir lors de l'inscription  
De 4€ à 8€ - Sur inscription



# FÉVRIER

Inscriptions pour les activités de février  
du mardi 14 janvier 13h30 au jeudi 16 janvier 18h

## Lundi 3

Fête de la crêpe  
14h salle René-Cassin  
Gratuit - Sur inscription



## Mardis 4, 11

Stage "Atelier d'accessoires en cuir" à personnaliser  
Gratuit - Sur inscription

## Mercredi 5

- Repas à la restauration en compagnie des enfants de l'ALSH "L'Oasis"  
De 2€ à 4€ - Sur inscription  
- Le numérique avec Éric, solutions pour smartphone, tablette...

## Jeudi 6

Sortie "Bowling"  
RDV à 13h30 au stade Pierre-de-Coubertin  
De 6,50€ à 13€ - Sur inscription



## Lundi 10

Tournoi de belote

## Mercredi 12

Paroles et Tartines "L'organisation de sa vie de retraité, à qui faire appel?" Repas à domicile, aide ménagère, transport solidaire, aménagement de la salle de bain, démarches administratives...  
Gratuit - Sur inscription

## Jeudi 13

Loto

## Vendredi 14

Tournoi de scrabble

## Mercredi 26

De fil en aiguilles, venez passer un moment convivial tout en tricotant

# MARS

Inscriptions pour les activités de mars  
du mardi 11 février 13h30 au jeudi 13 février 18h

## Lundis 3, 17 et 31

Tournoi de belote

## Mardis 4 et 18

Stage "Créer votre composition floral pour embellir votre intérieur"

Gratuit - Sur inscription

## Mercredi 5

- Repas à la restauration en compagnie des enfants de l'ALSH l'Oasis

De 2€ à 4€ - Sur inscription

- Le numérique avec Éric, solutions pour smartphone, tablette...

## Jeudi 6

Loto

## Du lundi 10 au vendredi 14

Inscriptions au repas des "séniors"

## Jeudi 13

Tournoi de scrabble

## Mercredi 19

Paroles et Tartines "Spécial jardin"

Gratuit - Sur inscription



## Jeudi 20

- Sortie "Simulateur de vol et visite guidée d'Orly" et déjeuner à la Clé des Champs

RDV à 8h30 au stade Pierre-de-Coubertin

De 20€ à 40€ - Sur Inscription

- Forum "vivre chez soi avec confort et en sécurité" organisé par le CLIC Grand-Orly Seine Bièvre

de 14h à 16h30 à l'Espace René-L'Helguen à Athis-Mons

Gratuit - Sur inscription au 01 69 57 80 92

## Lundi 24

Cinéma 14h à L'Avant-Scène

Sur invitation



## Mercredi 26

De fil en aiguilles, venez passer un moment convivial tout en tricotant

## Jeudi 27

Café visite à l'espace Camille-Lambert

RDV à 14h30 au stade Pierre-de-Coubertin

Gratuit - Sur Inscription

# AVRIL

Inscriptions pour les activités d'avril  
du mardi 11 mars 13h30 au jeudi 13 mars 18h

## Mardis 1er, 8 et 29

Stage : Venez vous initier aux percussions brésiliennes

Gratuit - Sur inscription



## Mercredi 2

- Repas à la restauration en compagnie des enfants de l'ALSH l'Oasis

De 2€ à 4€ - Sur inscription

- Le numérique avec Éric, solutions pour smartphone, tablette...

## Jeudi 3

Loto

## Dimanche 6

Repas des séniors

Salle René-L'Helguen à Athis-Mons

## Lundis 7, 28

Tournoi de belote

## Mercredi 9

Paroles et Tartines "Autour de la musique" en partenariat avec le service Développement Culturel et Artistique

Gratuit - Sur Inscription

## Jeudi 10

Sortie : Visite de la cathédrale de Chartres, déjeuner et visite commentée en petit train de la cité médiévale + Rencontre avec un Maître-Verrier

RDV à 8h au stade Pierre-de-Coubertin

De 35€ à 70€ - Sur Inscription

## Vendredi 11

Tournoi de scrabble

## Mercredi 30

De fil en aiguilles, venez passer un moment convivial tout en tricotant



Repas des séniors

## Dates des inscriptions pour les activités :

### Activités de janvier :

du mardi 3 décembre 13h30 au jeudi 5 décembre 18h

### Activités de février :

du mardi 14 janvier 13h30 au jeudi 16 janvier 18h

### Activités de mars :

du mardi 11 février 13h30 au jeudi 13 février 18h

### Activités d'avril :

du mardi 11 mars 13h30 au jeudi 13 mars 18h

## Venez vous inscrire ou vous réinscrire !

Ouvert du lundi au vendredi de 13h30 à 17h  
Les activités démarrent à 14h  
(sauf indications contraires)

Renseignements : 01 60 48 80 00

Eric : 06 87 02 04 45

Ruis : 06 16 42 21 43

Télécharger le programme sur  
[www.paray-vieille-poste.fr](http://www.paray-vieille-poste.fr)