

# PROGRAMME

de l'Espace Séniors Louis-Poizeaux  
DE OCTOBRE À DÉCEMBRE 2024



# OCTOBRE

Inscriptions pour les activités d'octobre  
du mardi 10 septembre 13h30 au jeudi 12 septembre 18h

## Mardis 1, 8 et 15

Stage : "Décoration de Noël" avec Ruis  
Gratuit - Sur inscription

## Mercredi 2

- Repas à la restauration en compagnie des  
enfants de l'ALSH l'Oasis - Sur inscription  
Prix : de 2€ à 4€ selon la nouvelle grille tarifaire\*  
- Initiation aux premiers Secours   
Gratuit - Sur inscription

## Jeudi 3

Paroles et Tartines avec l'EPT Grand-Orly Seine  
Bièvre "Pathologie de l'habitat (aération, zone  
d'humidité, sécurité électrique...)"  
Gratuit - Sur inscription

## Lundis 7, 14

Tournoi de belote

## Mercredi 9

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

## Jeudi 10

Loto

## Jeudi 17

Sortie "Cueillette des champignons à la forêt de  
Rougeau" avec déjeuner au restaurant "Tout le  
monde à table" (2 paires de chaussures  
obligatoire).

RDV à 8h30 au stade Pierre-de-Coubertin  
Prix : de 17,45€ à 34,90€ selon la nouvelle  
grille tarifaire\*  
Sur inscription avec tirage au sort



## Mercredi 23

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

## Jeudi 24

Tournoi de scrabble

## Jeudi 31

Karaoke d'Halloween  
Gratuit - Sur inscription



# NOVEMBRE

Inscriptions pour les activités de novembre  
du mardi 8 octobre 13h30 au jeudi 10 octobre 18h

## Lundi 4

Cinéma 14h à l'avant-scène  
Gratuit - Sur invitation



## Mardis 5, 12, 19 et 26

Stage "Danse de salon et en ligne"  
Gratuit - Sur inscription

## Mercredi 6

- Repas à la restauration en compagnie des  
enfants de l'ALSH l'Oasis - Sur inscription  
Prix : de 2€ à 4€ selon la nouvelle grille tarifaire\*  
- Le numérique avec Éric, solutions pour  
smartphone, tablette...

## Jeudi 7

- Tournoi de scrabble  
- Café visite à l'espace d'art Camille-Lambert  
RDV à 14h30 au stade Pierre-de-Coubertin  
Gratuit - Sur invitation

## Jeudi 14

Loto

## Mercredi 20

Paroles et Tartines "Les mesures de protection  
juridique. Droit des successions et transmission  
du patrimoine"  
Gratuit - Sur inscription

## Jeudi 21

Sortie : Déjeuner dansant "Beaujolais nouveau  
chez Gégène"  
RDV à 11h au stade Pierre-de-Coubertin  
Prix : de 25,50€ à 51€ selon la nouvelle  
grille tarifaire\*  
Sur inscription avec tirage au sort

## Lundi 25

Tournoi de belote

## Mercredi 27

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

# DÉCEMBRE

Inscriptions pour les activités de décembre  
du mardi 12 novembre 13h30 au jeudi 14 novembre 18h

**Mardis 3, 10 et 17**

Stage "Un chez soi plus agréable à vivre"  
Des ateliers pour découvrir des solutions afin de  
vivre dans un logement sain, confortable et  
sécurisé.

Gratuit - Sur inscription

**Mercredi 4**

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

Prix : de 2€ à 4€ selon la nouvelle grille tarifaire\*

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

**Jeudi 5**

Loto

**Lundis 9, 23**

Tournoi de belote

**Jeudi 12**

Distribution des colis\* de 14h à 17h

**Vendredi 13**

Distribution des colis\* de 9h à 12h

\*Pour les séniors de 70 ans et +  
ayant fait la demande



**Lundi 16**

Tournoi de scrabble

**Mercredi 18**

Paroles et Tartines "Chocolat musical en duo"  
avec Marion au violoncelle et Caroline au piano

Gratuit - Sur inscription



**Jeudi 19**

Sortie "Déjeuner spectacle au Cabaret L'Étincelle" à  
Pierres - RDV à 9h30 au stade Pierre-de-Coubertin  
Prix : 37€ à 74€ selon la nouvelle grille tarifaire\*  
Sur inscription avec tirage au sort

**Lundi 30**

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



Chez Gègène



Cabaret L'Étincelle

Colis de fin d'année



N'oubliez pas de renvoyer votre coupon qui vous  
parviendra par courrier courant septembre



**\*Nouvelle tarification :**  
Tarifs en fonction de vos revenus  
Pensez à vous munir  
de votre avis d'imposition 2023 sur les  
revenus 2022 lors des inscriptions

### Dates des inscriptions pour les activités :

**Activités d'octobre :**  
du mardi 10 septembre 13h30 au jeudi 12 septembre 18h

**Activités de novembre :**  
du mardi 8 octobre 13h30 au jeudi 10 octobre 18h

**Activités de décembre :**  
du mardi 12 novembre 13h30 au jeudi 14 novembre 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)