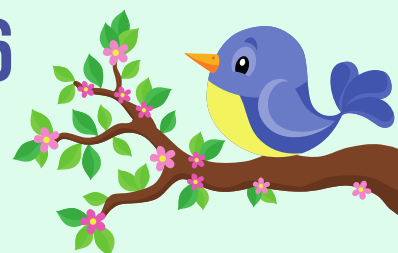
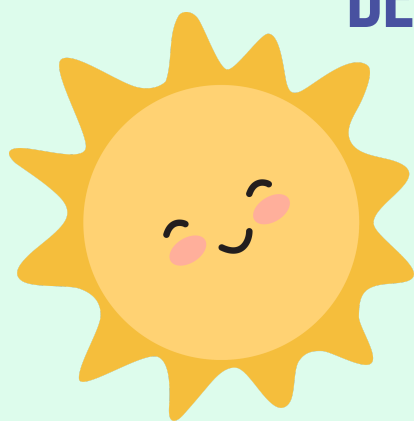


PROGRAMME

de l'Espace Séniors Louis-Poizeaux
DE JANVIER À AVRIL 2026



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 2 décembre 13h30 au jeudi 4 décembre 18h

Lundi 5

Cinéma - 14h

À L'Avant-Scène - Sur invitation



Mardis 6, 13, 20 et 27

Stage "découverte de jeux de société"

Gratuit - Sur inscription

Mercredi 7

- 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 8

Tournoi de scrabble

Vendredi 9

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

Dimanche 11

Vœux du Maire à la population

Salle René-Cassin à 16h

Mercredi 14

Paroles et Tartines "Bien vieillir avec de l'arthrose"

Gratuit - Sur inscription

Jeudi 15

Sortie "Bowling"

RDV à 13h30 au stade Pierre-de-Coubertin

De 7,60€ à 14,80€ - Sur inscription



Du lundi 19 au vendredi 24

Inscriptions au repas des "séniors"



Lundi 19

Tournoi de belote

Jeudi 22

Loto

Du 25 janvier au 1er février

Séjour d'hiver aux 7 Laux au cœur des Alpes

Mercredi 28

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

Jeudi 29

Café visite à l'espace Camille-Lambert

RDV à 14h30 au stade Pierre-de-Coubertin

Gratuit - Sur Inscription

FÉVRIER

Inscriptions pour les activités de février
du mardi 13 janvier 13h30 au jeudi 15 janvier 18h

Lundi 2

Fête de la crêpe - 14h

Salle René-Cassin

Gratuit - Sur inscription



Mardis 3, 10 et 17

Stage de tricot

Gratuit - Sur inscription



Mercredi 4

- 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 5

Tournoi de scrabble

Mercredi 11

Paroles et Tartines "Présentation de la saison culturelle à Paray-Vieille-Poste" en partenariat avec le service Développement Artistique et Culturel
Gratuit - Sur Inscription

Jeudi 12

Loto

Dimanche 15

Repas des seniors

Salle René-L'Helguen à Athis-Mons



Lundi 16

Tournoi de belote

Mercredi 18

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

Jeudi 19

Sortie Nocturne "Terre des celtes"

Concert du groupe IVARH, voyage musical envoûtant flirtant avec la tradition et le rock... à 20h à l'Espace René-L'Helguen d'Athis-Mons

RDV à 19h30 au stade Pierre-de-Coubertin

De 4€ à 8€ - Sur inscription

MARS

Inscriptions pour les activités de mars
du mardi 10 février 13h30 au jeudi 12 février 18h

Mercredi 4

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

Mardis 10 ou 17

Stage "Créer votre composition floral pour embellir votre intérieur"

Gratuit - Sur inscription

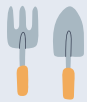
Mercredi 11

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

De 2€ à 4€ - Sur inscription

- Paroles et Tartines "Spécial jardin"

Gratuit - Sur inscription



Jeudi 12

Sortie enregistrement TV : "Tout le monde veut prendre sa place"

RDV à 12h au stade Pierre-de-Coubertin

Gratuit - Sur Inscription

Lundis 16 et 30

Tournoi de belote

Jeudi 19

Loto

Lundi 23

Cinéma 14h

L'Avant-Scène - Sur invitation



Mardi 24

Tournoi de Scrabble

Mercredi 25

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

Jeudi 26

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 10 mars 13h30 au jeudi 12 mars 18h

Mercredi 1er

- 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 2

Tournoi de Scrabble

Mardis 7 ou 14

Stage : "L'art du parfumeur"

Création de parfum, d'encens et de baume

Gratuit - Sur inscription

Mercredi 8

Paroles et Tartines "Surprise musicale et théâtrale" en partenariat avec le service Développement

Culturel et Artistique

Gratuit - Sur Inscription

Jeudi 9

Loto

Lundi 13

Tournoi de belote

Mercredi 15

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

Jeudi 16

Sortie : "Balade gourmande"

Visite guidée de Lyons-La-Forêt, un des plus beaux villages de France, déjeuner dans un restaurant traditionnel Bistronomique et visite d'une exploitation réputée pour sa production de cidre et de calvados

RDV à 7h30 au stade Pierre-de-Coubertin

De 25,70€ à 51,40€ - Sur Inscription



Repas des séniors

Dates des inscriptions pour les activités :

Activités de janvier :

du mardi 2 décembre 13h30 au jeudi 4 décembre 18h

Activités de février :

du mardi 13 janvier 13h30 au jeudi 15 janvier 18h

Activités de mars :

du mardi 10 février 13h30 au jeudi 12 février 18h

Activités d'avril :

du mardi 10 mars 13h30 au jeudi 12 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

