

# PROGRAMME

de l'espace Séniors Louis-Poizeaux  
DE MAI À SEPTEMBRE 2026



# MAI

Inscriptions pour les activités de mai  
du mardi 14 avril 13h30 au jeudi 16 avril 18h

**Lundi 4**

Tournoi de belote.

**Mardis 5, 12, et 19**

Stage : Initiation au Poker  
Gratuit - Sur inscription.



**Mercredi 6**

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

**Jeudi 7**

De fil en aiguilles, venez passer un moment convivial tout en tricotent.

**Lundi 11**

Sortie : "Promenade en forêt avec les enfants de l'école Paul-Bert et l'association Paray Rando".  
Rendez-vous à 9h au stade Jean-Bouin (prévoir un pique-nique).  
Gratuit - Sur inscription.



**Mardi 26**

Loto.

**Mercredi 27**

Paroles et Tartines "Attention aux arnaques et opération tranquillité vacances" en partenariat avec la Police Municipale.  
Gratuit - Sur inscription.

**Jeudi 28**

Sortie : "Visite de la serre aux Papillons, déjeuner au restaurant et visite de France Miniature"  
Rendez-vous à 8h au stade Pierre-de-Coubertin.  
De 31,15€ à 62,30€ - Sur inscription.



**Vendredi 29**

Tournoi de Scrabble.

# JUIN

Inscriptions pour les activités de juin  
du mardi 5 mai 13h30 au jeudi 7 mai 18h

**Mardis 2 et 16 ou 23 et 30**

Ateliers créatifs avec Ruis.  
Sur inscription - Gratuit.

**Mercredi 3**

- Repas à la restauration en compagnie des enfants de l'Accueil de loisirs "L'Oasis".  
De 2€ à 4€ - Sur inscription.  
- Paroles et Tartines "Spécial Potager"  
Gratuit - Sur inscription.

**Jeudi 4**

De fil en aiguilles, venez passer un moment convivial tout en tricotent.

**Lundis 8 et 22**

Tournoi de Belote.

**Mardi 9**

Conférence sur la maladie d'Alzheimer  
14h Salle René-Cassin Gratuit - Sur inscription.



**Vendredi 12**

Réunion d'information pour le séjour d'automne en Normandie.  
Rendez-vous à 10h au CCAS.

**Lundi 15**

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



**Mercredi 17**

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

**Jeudi 18**

Sortie : "Déjeuner croisière sur le canal de Briare, traversé du pont canal de 662 mètres et passages de trois écluses"  
Rendez-vous à 8h30 au stade Pierre-de-Coubertin.  
De 29,50€ à 59€ - Sur inscription.



**Samedi 20**

Festi'Vertes.

**Mercredi 24**

Paroles et Tartines "Des papiers bien rangés, un esprit plus léger"  
Gratuit - Sur inscription.

**Jeudi 25**

Loto.

**Lundi 29**

Tournoi de Scrabble.

Inscriptions pour les activités de juillet, août  
à partir du mardi 16 juin

## Mercredi 1<sup>er</sup>

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

## Jeudi 2

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

## Lundis 6 et 20

Tournoi de Belote.

## Mardis 7, 21 et 28

Pétanque.

## Jeudi 9

Sortie à Saint-Chéron, prenez votre panier repas, boules de pétanque, livres...

Rencontre avec l'apiculteur.

Rendez-vous à 9h au stade Pierre-de-Coubertin.

Gratuit - Sur inscription.



## Jeudi 16

Sortie : Bowling.

Rendez-vous à 13h30 au stade Pierre-de-Coubertin.

De 7,40€ à 14,80€ - Sur Inscription.



## Jeudi 30

Sortie à Saint-Chéron, prenez votre panier repas, boules de pétanque, livre...

Rendez-vous à 9h au stade Pierre-de-Coubertin.

Gratuit - Sur inscription.



Pétanque tous les mardis  
de juillet et août

Inscriptions pour les activités d'août  
à partir du mardi 16 juin

## Lundis 3 et 17

Tournoi de belote.

## Mardis 4, 11, 18 et 25

Pétanque.

## Mercredi 5

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

## Jeudi 6

Sortie à Saint-Chéron, prenez votre panier repas, boules de pétanque, livres...

Rendez-vous à 9h au stade Pierre-de-Coubertin.

Gratuit - Sur inscription.



## Jeudi 13

Sortie : Bowling.

Rendez-vous à 13h30 au stade Pierre-de-Coubertin.

De 7,40€ à 14,80€ - Sur Inscription.

## Jeudi 20

Sortie à Saint-Chéron, prenez votre panier repas, boules de pétanque, livre...

Rencontre avec l'apiculteur.

Rendez-vous à 9h au stade Pierre-de-Coubertin.

Gratuit - Sur inscription.



Sortie à St Chéron



# SEPTEMBRE

Inscriptions pour les activités d'octobre  
du mardi 8 septembre 13h30 au jeudi 10 septembre 18h

## Mercredi 2

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

## Jeudi 3

Tournoi de scrabble.

## Dimanche 6

Fête des associations : pré-inscriptions.  
Qi gong, ateliers équilibre, multisports, informatique et  
Fête de la pomme Bio.

## Mercredi 9

Paroles et Tartines : pré-inscriptions

- Qi gong.
- Ateliers équilibre
- Ateliers mémoire
- Bienvenue à la retraite. **"Nouveauté"**
- Multisports.
- Informatique.
- Fête de la pomme Bio.
- Présentation du voyage d'hiver.

## Jeudi 10

Loto.

## Lundi 14

Tournoi de belote.

## Mercredi 16

Inscription voyage d'hiver  
à partir de 14h



## Jeudi 24

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



Sortie à France  
Miniature et à la  
Serre aux papillons



## Dates des inscriptions pour les activités :

Activités de mai :

du mardi 14 avril 13h30 au jeudi 16 avril 18h.

Activités de juin :

du mardi 5 mai 13h30 au jeudi 7 mai 18h.

Activités de juillet, août :

à partir du mardi 16 juin.

Activités d'octobre :

du mardi 8 septembre 13h30

au jeudi 10 septembre 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

Éric : 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)

**"Nouveauté"**

Bienvenue à la retraite

6 ateliers de 1h30

destinés aux futurs ou jeunes retraités afin de  
transformer la transition retraite en véritable

opportunité d'épanouissement

GRATUIT - Sur inscription

Si vous souhaitez être contacté par le CCAS en cas d'évènements exceptionnels  
tel que "plan canicule" : pensez à vous inscrire au 01 60 48 80 00

