



PRINTEMPS 2026



SORTIES ET ANIMATIONS SÉNIORS

CCAS - Service Loisirs et Citoyenneté Séniors

Pavillon Georges Paquot - 18 bis rue de Neuilly

Tél : 01 49 74 75 53 ou 01 49 74 75 64

De 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h30 (sauf les mardis après-midi)

FERMETURE ADMINISTRATIVE POUR TOUS LES CLUBS LES MARDIS APRES-MIDIS

PERMANENCES / ACCÈS AUX DROITS

DATE & HEURE	INITIATIVES	POUR INFORMATION	CLUB
Tous les jeudis matins	Permanence du Conseil Départemental du 94	Sur rdv au 3994	MATTERRAZ
Tous les vendredis	Permanence Mutelle communale	Sur rdv	MATTERRAZ
1 jeudi sur 2	Permanence service social de la Cramif	Sur rdv au 01 58 73 09 26/29	MATTERRAZ
Pour tout renseignement, contacter le secteur du maintien à domicile au 01 49 74 75 65	Permanence sur les questions de maintien à domicile : Isabelle Leblond ou Christelle Ablin	Aide et orientations pour le domicile (constitution de dossiers, mise en place repas à domicile, téléassistance...)	

Conditions d'inscription

Les sorties seniors sont accessibles à tou-te-s fontenaysien-ne-s retraité-e-s à partir de 60 ans.

Les inscriptions aux sorties et animations se dérouleront dans les clubs et au service loisirs et citoyenneté seniors.

**Lundi 23 mars 2026
de 10h à 11h30 et 14h à 16h**

Nous vous proposons de vous inscrire aux sorties et animations pour les mois d'avril, mai et juin 2026.

Nous vous rappelons que vous choisissez une sortie par trimestre. Si vous choisissez des sorties supplémentaires, elles seront en option et vous serez rappelé-e s'il reste des places disponibles.

Si vous n'avez pas pu vous inscrire durant cette journée, vous pouvez toujours le faire à l'issue dans l'un des clubs de la ville ou au service seniors du Pavillon Paquot (hormis les mardis après-midis).

► PAIEMENT DES SORTIES

Le paiement des sorties s'effectue de préférence par chèque ou CB.

Le service se réserve le droit d'attribuer la place à une autre personne si la sortie n'a pas été réglée dans les délais précisés.

► ANNULATION / REMBOURSEMENT

Le service doit être prévenu 48h à l'avance pour une annulation.

Les remboursements **sont exceptionnels** et un certificat médical doit être fourni. Il vous faudra également fournir un RIB au service loisirs afin de pouvoir effectuer le remboursement par virement bancaire.

De plus en plus d'annulation sont constatées à la dernière minute, merci donc de prévenir au plus tôt.

► POUR PARTICIPER AUX SORTIES SPORTIVES

Balades

Un certificat médical et des chaussures de marches sont obligatoires ainsi que l'adhésion à l'activité.

► TARIFS DES SORTIES

Les tarifs des sorties sont votés en Conseil d'administration du CCAS. Ils sont évalués et proposés selon le type de sorties : randonnée, visite de musées ou journées libres...

Les tarifs des sorties sont votés en Conseil d'administration du CCAS. Ils sont évalués et proposés selon le type de sorties proposé: randonnée, visite de musées ou journées libres... **Les sorties sont également adossées au quotient familial** (sauf exception indiquée dans le dépliant trimestriel).

Pensez à apporter, si vous ne l'avez pas déjà fait, votre avis d'imposition 2025 sur les revenus 2024.

► SORTIES

Lors des sorties, nous vous demandons de **présenter le carton d'inscription**. Les arrêts de car pour les sorties sont les suivants :

- 1. Garage municipal** : à côté du Commissariat et de l'Hôtel de ville
- 2. Croizat** : arrêt de bus Danton
- 3. Place Moreau-David** : arrêt de bus 124, devant le RER
- 4. Matterraz** : arrêt devant le club (arrêt navette)

Zoom sur... le printemps

► PRÉINSCRIPTIONS EN LIGNE OU PAR COURRIER AUX ACTIVITES

Vous avez la possibilité de vous préinscrire en ligne pour la saison 2026/2027 via le portail citoyen (www.fontenay.fr) ou nous renvoyer la fiche dument complétée que vous recevrez par courrier à compter du 20 jusqu'au 30 avril 2026.

► DISPOSITIF CANICULE

N'hésitez pas à vous faire recenser pour être inséré-e dans ce dispositif de juin à mi-septembre. En cas de déclenchement par le Préfet, vous serez appelé.e.s chaque jour. N'hésitez pas à signaler une personne fragile auprès du CCAS au 01 49 74 75 88 et sur le site internet de la ville.

► ESSAI ACTIVITE

Vous souhaitez changer d'activité ou en connaître une nouvelle ? Nous vous proposons d'observer ou de participer à un cours d'essai.

Semaines du 8 au 19 juin (inscription indispensable dans le club où se déroule l'activité. Nous contacter si vous souhaitez faire un essai à d'autres dates).

► APRES-MIDI FESTIVE

Le jeudi 25 juin au Parc des Epivans à partir de 14h.

Défilé de couture

Samedi 30 mai à 14 h à la Maison Du Citoyen et de la Vie Associative. Présentation de créations de l'atelier couture du club Ambroise CROIZAT.

► MUTUELLE FAMILIALE

Reprise des permanences au club Matteredaz les vendredis matins 9h/12h sur RDV. fontenay@mutuelle-familiale.fr
01 48 57 93 75

Temps de papote

Le club Matteredaz vous propose de vous retrouver les jeudis après-midis de 14h à 16h.

La rencontre des aidants

La rencontre des aidants vous propose un programme d'actions, de conférences, de formations et des ateliers pour prendre soin de soi (séances d'ostéopathie, de relaxation, de chant, d'Arts plastiques...) Ces actions sont gratuites et sur inscription au 06 27 82 58 88 ou sur aidant@mri.fr

Vous pouvez retrouver des ressources permanentes sur :

- Leur site internet : www.gcsms-ehpadpublics94.fr
- Leur chaine You tube « la rencontre des aidants »

L'équipe organise également des rencontres « le café des aidants »

1 vendredi par mois de 15h à 17h au café « Le terminus » à Vincennes.

N'hésitez-pas à consulter le programme affiché dans les clubs.

Atelier balade

Nous recherchons un ou une bénévole pour animer et suivre l'atelier 1 à 2 fois par mois pour 2 à 3h de balade dans le bois de Vincennes, jour et horaire à définir. Accompagnement d'une quinzaine de retraité.e.s. Se rapprocher de Michèle COURTOIS pour de plus amples renseignements.

Sorties de printemps

Les sorties sont accessibles à toutes et tous, inscription obligatoire. Une adhésion n'est pas nécessaire exceptée pour les randonnées et balades.

► AVRIL

CHOIX	DESTINATION	DATE & HEURE	LIEURDV	TARIFS	POUR INFORMATION
	Musée du Chocolat "Choco Story"	Jeu di 2 à 13h30	RER Val de Fontenay	5€	Un parcours gourmand pour découvrir l'histoire, les secrets et les saveurs du chocolat. (Prévoir un titre de transport)
	Musée Delta (91)	Jeu di 2 à 13h30	Garage	2,5€	Des passionnés d'aviation vous feront découvrir l'histoire et les anecdotes du Concorde 02 et des Delta
	Atelier Balade	7-14-28 à 10h	RER Fontenay-sous-Bois		
	Journée libre à Pierrefond ☺	Jeu di 9 à 8h30	Garage	5 €	Une belle journée au choix : château, savonnerie, balade ou pédalo. Déjeuner libre (pique-nique ou restaurant)
	« L'Arbre de MIA » : Spectacle immersif mêlant théâtre et numérique autour de la famille et de l'identité. Durée 1h30. ☺	Vendredi 10 à 16h30	Espace Gérard Philippe	5 €	Rendez-vous à 16h à l'Espace Gérard Philippe. Déplacement par vos propres moyens.
	"Festival des Epopées" au Cinéma Le Kosmos	Vendredi 10 à 14h	Cinéma Le Kosmos	4 € à régler sur place	Projection du film "Vol au-dessus d'un nid de coucou" au cinéma Le Kosmos (Film en VF)
	Bowling	Mardi 14 à 14h	Sur place	8€	Inscription obligatoire auprès de Colette Oger ou Michelle Courtois. Prévenir en cas d'absence.
	Clap Café au Cinéma Le Kosmos	Vendredi 17 à 14h	Cinéma Le Kosmos	4 € à régler sur place	Une fois par mois, partagez un film et prolongez la séance autour d'un café, au cinéma Le Kosmos. Le film (en VF) sera communiqué ultérieurement.
	Premier festival de cirque amateur de Fontenay	Dimanche 19 à 16h	Salle JBrel		Entrée sur inscription

► MAI

CHOIX	DESTINATION	DATE & HEURE	LIEU RDV	TARIFS	POUR INFORMATION
	Musée de l'imprimerie à Malesherbes + Visite de la Miellerie Du Gatinais à Boutigny-sur-Essonne ☺	Jeu di 7 à 7h30	Garage	2,5€	Matin : visite guidée du musée. Midi : pique-nique sur place (à apporter). Après-midi : découverte de la miellerie, dégustation produits de la ruche.
	Atelier Balade	19-26 à 10h	RER Fontenay sous Bois		

Bowling	Mardi 19 à 14h	Sur place	5 €	Inscription obligatoire auprès de Colette Oger ou Michelle Courtois. Prévenir en cas d'absence.
À la découverte de l'Oïse Normande (60)	Jeu di 21 à 7h	Garage	42€ à quotient	Visite de l'Asinerie du Vauroux, déjeuner au bistrot "Les inseparables" à Blacourt et découverte du village fleuri de Gerberoy.
Journée libre à Saint Valéry-sur-Somme	Jeu di 28 à 7h	Garage	5 €	Journée libre Saint Valéry-sur-Somme
Ecole Projet Inter G Ecole Mot - Les enfants vont découvrir l'école des loisirs des retraités, rencontre et échange en chanson.	Vendredi 29 à 14h30	Ecole mot	8€	Destination Club Gaston Charle avec les enfants, uniquement les bénévoles du projet.
Clap Café au Cinéma Le Kosmos	Vendredi 29 à 14h	Cinéma Le Kosmos	4€ à régler sur place	Une fois par mois, partagez un film et prolongez la séance autour d'un café, au cinéma Le Kosmos. Le film (en VF) sera communiqué ultérieurement.

► JUIN

CHOIX	DESTINATION	DATE & HEURE	LIEU RDV	TARIFS	POUR INFORMATION
Atelier Balade		2-23 à 10h	RER val de Fontenay		Le 2 juin, destination école du Breuil dans le bois, retour en RER. Le 23 juin pause frites selon la météo.
Sortie à Verrières-le-Buisson : venez (re)découvrir le rucher de René et le monde des abeilles.		Jeu di 4 à 14h	Garage	2,5€	Après-midi gourmand autour du miel, découverte et achat de produits de la ruche possible.
Projet Inter G Ecole Mot, bilan de l'année et mise en place des premières dates pour la prochaine saison. Présentation des nouvelles.		Mardi 9 à 15h30	Ecole mot	Inscription sou-haïté	15h30 : seniors disponibles pour bénévolat, contactez Michelle (Club Mattered - 017133 58 94)
Visite guidée de la maladrerie et jardin Saint Paul		Jeu di 11 à 7h00	Garage	8€	Matin : visite de la maladrerie à Beauvais. Midi : pique-nique. Après-midi : visite du jardin du Brûlé
Balade à Moret sur Loing.		Mardi 16 à 10h	Garage	2,5€	Départ unique au garage (prévoir son pique-nique)
Zoo de Beauval (41) Long trajet en car (3h)		Jeu di 18 à 7h	Garage	35€ à quotient	Journée au cœur du plus beau parc animalier de France. Dejeuner sur place ou pique-nique possible.
Bowling		Mardi 23 à 14h	Sur place	8€	Inscription obligatoire auprès de Colette Oger ou Michelle Courtois. Prévenir en cas d'absence.
Clap Café au Cinéma Le Kosmos		Vendredi 26 à 14h	Cinéma Le Kosmos	4€ à régler sur place	Une fois par mois, partagez un film et prolongez la séance autour d'un café, au cinéma Le Kosmos. Le film (en VF) sera communiqué ultérieurement.

La vie des clubs

Vous pouvez participer aux activités et animations dans les clubs de loisirs en souscrivant une adhésion annuelle. Vous pouvez déjeuner dans les clubs sans adhésion (inscription dans les clubs restaurants). Les conférences sont ouvertes à tous, sans adhésion, mais inscription nécessaire dans les clubs.

AVRIL				
DATE & HEURE	INITIATIVES	POUR INFORMATION	CLUB	CHOIX
Mercredi 1 ^{er} à 12h	Repas Italien + Apéritif	Pour les personnes inscrites à la restauration	CHARLE	
Mercredi 1 ^{er} à 10h	Réunion séjour La PALMYRE	Pour les personnes inscrites au séjour	PAQUOT	
Mercredi 1 ^{er} à 14h	Après-midi dansante		CHARLE	
Mercredi 1-8-15-22-29 de 10h à 12h	Atelier "Bienvenue à la retraite" en partenariat avec l'association Delta 7 - Dispositif sur 5 séances"	Inscription indispensable	MATTERRAZ	
Mercredi 1 ^{er} 10h-12h ou 14h-16h	Atelier "fabrique ton chocolat" en partenariat avec le centre social Joséphine Baker (l'atelier se déroulera au centre social Joséphine Baker 15 bis rue Jean Macé)	Inscription indispensable	MATTERRAZ	
Jeudis 2, 9 et 16 à 14h00	Atelier Musique "Djing" musique électronique	Inscription Indispensable	OIROZAT	
Vendredi 3 à 14h	Conférence sur le thème : Quelle Huile Essentielle pour soutenir la concentration et favoriser la mémoire	Inscription indispensable	OIROZAT	
Vendredis 3, 10, 17 et 24 de 10h à 12h et de 14h à 16h	Atelier créatif	Création des décorations des repas à thème, de la soirée Dolce Vita, de l'après-midi festive...	CHARLE	
Vendredi 3 à 10h30	Papotage en Espagnol	S'adresse aux personnes qui parlent couramment espagnol et qui souhaitent le pratiquer (il ne s'agit pas d'un cours d'espagnol)	OIROZAT	
Mardi 7 à 10h	Zoothérapie	Inscription indispensable	PAQUOT	
Mardi 7 à 10h	Visite de la Forge : laissez-vous guider à travers ses espaces créatifs, imprégnez-vous de son atmosphère inspirante et repartez avec des idées pleines la tête.	Rdv à 10h devant la Forge 40 rue de rosny 94120 Fontenay-sous-Bois	MATTERRAZ	

AVRIL			
DATE & HEURE	INITIATIVES	POUR INFORMATION	CLUB
			CHOIX
Mercredi 8 à 14h	Vous avez des idées pour améliorer la vie dans les clubs seniors ? Venez les proposer, découvrir et participer au budget participatif en direction des seniors lors de la réunion proposée.		PAQUOT
Jeu di 9 de 10h à 11h30	Animation mémoire	Pour les inscrit.e.s	PAQUOT
Jeu di 9 de 10h à 11h30	Animation mémoire (Animée par Audrey)	Pour les personnes inscrites à l'activité	MATTERRAZ
Vendredi 10, 17 et le 30 à 14h	Projet "Y'a pas d'âge"	Inscription Indispensable	OROIZAT
Vendredi 10 à 14h	Atelier Créa Groupe 1	Pour les inscrit.e.s	PAQUOT
Vendredi 10 à 9h30	Conférence sur la réflexologie plantaire, cette technique vous permet grâce à des pressions ciblées et des mouvements doux sur vos pieds de libérer des blocages énergétiques et favoriser une relaxation profonde. Venez vivre l'expérience.	Un atelier de prévention santé proposé par La Mutuelle Familiale. Inscription indispensable	MATTERRAZ
Vendredi 10 de 18h à 22h	Venez finir la semaine avec un apéro festif entre musique, danse et convivialité. Apportez ce que vous voulez !	Inscription indispensable	MATTERRAZ
Lundi 13 de 10h à 12h	Venez vous initier au jeu de rôle avec Nicolas Vaïdis (Artiste et professeur à l'école d'art Frida Kahlo). Le temps d'un moment, on joue un personnage, on improvise, on échange et on s'amuse. Aucune expérience nécessaire : Juste l'envie d'essayer et de passer un bon moment ensemble.	Inscription indispensable	MATTERRAZ
Mardi 14 à 9h	Atelier déco nature	Pour les inscrit.e.s	PAQUOT
Mardi 14 à 10h30	Animation mémoire	Pour les personnes inscrites à l'activité	CHARLE
Mardi 14 de 10h à 14h	Atelier cuisine préparé par Aurélie, diététicienne de la ville, suivi d'une dégustation	Inscription indispensable	MATTERRAZ
Mercredi 15 à 10h	Atelier Philo (salle Nellie Bly à la médiathèque)	Inscription indispensable	MATTERRAZ
Mercredi 15 à 14h	Atelier fabrication de Marionnettes avec le théâtre de la Halle ROUBLOT	Inscription Indispensable	OROIZAT
Mercredi 15 à 14h	Atelier customisation	Pour les personnes inscrites à l'activité	MATTERRAZ
Jeu di 16 à 14h	Loto animé par Audrey	Inscription indispensable	MATTERRAZ
Vendredi 17 à 14h	Atelier Créa Groupe 2	Pour les inscrit.e.s	PAQUOT
Vendredi 17 à 10h	Séance Réalité Virtuelle. Venez découvrir, c'est surprenant !	Inscription indispensable	CHARLE

AVRIL			
DATE & HEURE	INITIATIVES	POUR INFORMATION	CLUB
Lundi 20 de 9h30 à 11h30 ou de 14h à 16h	Atelier numérique "Comment se passer d'imprimante" (ordi ou smartphone) Animé par Laurence Conseillère numérique	Inscription indispensable	MATTERRAZ
Mardi 21 à partir de 9h	Atelier Massages : pieds, jambes	Inscription indispensable	PAQUOT
Jeudi 23 à 14h	Loto animé par les retraités	Inscription indispensable	OROZAT
Lundi 27 à 14h	Animation mémoire Groupe 1	Inscription Indispensable	OROZAT
Lundi 27 de 9h30 à 11h30 ou de 14h à 16h	Atelier numérique "Ecrire un document avec les outils en ligne" (ordi ou smartphone) Animé par Laurence Conseillère numérique	Inscription indispensable	MATTERRAZ
Mardi 28 à partir de 9h	Atelier Massage : tête, nuque, haut du buste	Inscription indispensable	PAQUOT
Mercredi 29 à 14h	Réunion séjour RAVENNE	Pour les personnes inscrites au séjour	PAQUOT
Mercredi 29 à 14h	Conseil de Club Croizat, Préparation de l'été	Venez Nombreux	OROZAT
Jeudi 30 à 12h	Menu bistrot	Pour les personnes inscrites à la restauration	CHARLE
Jeudi 30 à 12h	Nos stars d'Avrli : Venez célébrer les anniversaires du mois	Pour les personnes inscrites à la restauration	CHARLE
MAI			
DATE & HEURE	INITIATIVES	POUR INFORMATION	CLUB
Mardi 5 à 10h	Zoothérapie	Inscription indispensable	PAQUOT
Mercredi 6 à 10h	Réunion séjour NEUVY sur BARANGEON	Pour les personnes inscrites au séjour	PAQUOT
Jeudi 7 à 10h	Animation mémoire	Pour les inscrit.es	PAQUOT
Vendredis 6, 23 et 29 de 10h à 12h et de 14h à 16h	Atelier créatif	Création des décorations des repas à thème, de la soirée Dolce Vita, de l'après-midi festive...	CHARLE
Lundi 4 de 9h30 à 11h30 ou de 14h à 16h	Atelier numérique "Mettre en pratique, utilisation de son ordinateur" Animé par Laurence Conseillère numérique	Inscription indispensable	MATTERRAZ
Lundi 4 de 10h à 12h	Venez vous initier au jeu de rôle avec Nicolas Vaidis (Artiste et professeur à l'école d'art Frida Kahlo). Le temps d'un moment, on joue un personnage, on improvise, on échange et on s'amuse. Aucune expérience nécessaire : juste l'envie d'essayer et de passer un bon moment ensemble.	Inscription indispensable	MATTERRAZ

MAI (suite)			
DATE & HEURE	INITIATIVES	POUR INFORMATION	CLUB
			CHOIX
Lundi 4 à 14h	Animation Mémoire Groupe 2	Inscription Indispensable	CROIZAT
Mardi 5 de 11h30 à 13h30	Brunch participatif: Chacun apporte un plat sucré ou salé, tout le monde se régale. Partage, rires et gourmandise garantis!	Inscription indispensable	MATTERRAZ
Mercredi 6 à 10h30	Papotage en Español	S'adresse aux personnes qui parlent couramment espagnol et qui souhaitent le pratiquer (il ne s'agit pas d'un cours d'espagnol)	CROIZAT
Mercredi 6 à 14h	Atelier customisation	Pour les personnes inscrites à l'activité	MATTERRAZ
Mercredi 6-13-20-27	Atelier mémoire en partenariat avec l'association Delta 7 - Dispositif sur 10 séances	Inscription indispensable	MATTERRAZ
Jeudi 7, jeudi 21, vendredi 22 à 14h00	"Y'a pas d'âge" + 23 mai après-midi festive déambulation de l'EHPAD Hector Malot à la Halle Roublot	Inscription Indispensable	CROIZAT
Lundi 11 de 9h30 à 11h30 ou de 14h à 16h	Atelier numérique "Mettre en pratique : Smartphone" Animé par Laurence Conseillère numérique	Inscription indispensable	MATTERRAZ
Mardi 12 de 14h à 15h	Suite de l'atelier musique à Hector Malot + Visite Café BERTHA	Inscription Indispensable	MALOT
Mercredi 13 à 14h	Loto animé par Alexandra	Inscription indispensable	PAQUOT
Lundi 18 de 9h30 à 11h30 ou de 14h à 16h	Atelier numérique "Mettre en pratique : messageries et réseaux sociaux" Animé par Laurence Conseillère numérique	Inscription indispensable	MATTERRAZ
Mardi 19 à partir de 9h	Atelier Massages : mains, épaules	Inscription indispensable	PAQUOT
Mardi 19 à 9h	Atelier déco nature	Pour les inscrit.e.s	PAQUOT
Mardi 19 à 10h30	Animation mémoire	Pour les personnes inscrites à l'activité	CHARLE
Mardi 19 de 10h à 14h	Atelier cuisine préparé par Aurélie, diététicienne de la ville, suivi d'une dégustation	Inscription indispensable	MATTERRAZ
Mercredi 20 à 10h	Atelier philo (salle Nellie Bly à la médiathèque)	Inscription indispensable	MEDIA-THEQUE
Vendredi 22 à 10h	Séance Réalité Virtuelle. Venez découvrir, c'est surprenant!	Inscription indispensable	CHARLE
Vendredi 22 à 9h	Opération biscottes : on refait le monde !! Venez prendre le petit déjeuner et discuter!!	Inscription indispensable	PAQUOT
Vendredi 22 à 14h	Atelier Créa Groupe 1 et Groupe 2	Pour les inscrit.e.s	PAQUOT
Lundi 25 de 9h30 à 11h30 ou de 14h à 16h	Café numérique : Jargon et icônes, qui sont les GAFAM? Animé par Laurence Conseillère numérique	Inscription indispensable	MATTERRAZ

MAI (suite et fin)				
DATE & HEURE	INITIATIVES	POUR INFORMATION	CLUB	CHOIX
Mardi 26 à partir de 9h	Atelier Massage : pieds, jambes	Inscription indispensable	PAQUOT	
Mardi 26 à 18h30	Heure musicale	Venez suivre les progrès des élèves du Conservatoire	CHARLE	
Mercredi 27 à 16h	Vernissage de l'exposition : Etre une femme, c'est tout un Art		MDCVA	
Jeudi 28 à 14h	LOTO animé par Valentin	Inscription Indispensable	CROIZAT	
Jeudi 28 à 12h	Nos stars de MAI : Venez célébrer les anniversaires du mois	Pour les personnes inscrites à la restauration	CHARLE	
Vendredi 29 à 14h	Retour des après-midis dansants du Club Croizat, Thème les années 80	Inscription Indispensable	CROIZAT	
Vendredi 29 de 10h à 12h	Bilan de l'atelier "Bienvenue à la retraite" en partenariat avec l'association Delta 7	Pour les inscrit.e.s	MATTERRAZ	
JUIN				
DATE & HEURE	INITIATIVES	POUR INFORMATION	CLUB	CHOIX
Lundi 1 ^{er} de 9h30 à 11h30 ou de 14h à 16h	Café numérique : Reconnaître les arnaques Animé par Laurence Conseillère numérique	Inscription indispensable	MATTERRAZ	
Lundi 1 ^{er} de 10h à 12h	Venez vous initier au jeux de rôle avec Nicolas Vaidis (Artiste et professeur à l'école d'art Frida Kahlo). Le temps d'un moment, on joue un personnage, on improvise, on échange et on s'amuse. Aucune expérience nécessaire : juste l'envie d'essayer et de passer un bon moment ensemble.	Inscription indispensable	MATTERRAZ	
Lundi 1 à 14h	Animation Mémoire groupe 1	Inscription Indispensable	CROIZAT	
Mardi 2 à 10h	Zoothérapie	Inscription indispensable	PAQUOT	
Mercredi 3 à 14h	Atelier customisation	Pour les personnes inscrites à l'activité	MATTERRAZ	
Jeudi 4 à 14h	Loto Animé par les retraités	Venez nombreux	CROIZAT	
Jeudi 4 à 14h	Avant le cinéma, il y avait les jeux optiques. Venez les manipuler et comprendre comment est née l'illusion du mouvement. En partenariat avec le cinéma Le Kosmos.	Inscription indispensable	MATTERRAZ	
Vendredi 5 juin à 13h30	Information téléassistance (modalités d'inscription, présentation du matériel, coût, prise en charge...)	Avec le service autonomie	CROIZAT	

JUIN (suite)

DATE & HEURE	INITIATIVES	POUR INFORMATION	CLUB	CHOIX
Vendredi 5, 12 et 19 de 10h à 12h et de 14h à 16h	Atelier créatif	Création des décorations des repas à thème, de la soirée Dolce Vita, de l'après-midi festive...	CHARLE	
Lundi 8 de 9h30 à 11h30 ou de 14h à 16h	Atelier numérique : "Gérer la confidentialité des compte Google, Facebook, WhatsApp, navigateur" Animé par Laurence Conseillère numérique	Inscription indispensable.	MATERRAZ	
Lundi 8 à 18h30	Heure musicale	Venez suivre les progrès des élèves du Conservatoire	CHARLE	
Lundi 8 à 14h00	Atelier mémoire Groupe 2	Inscription Indispensable	OROIZAT	
Mercredi 3-10-17-24 à 10h	Atelier mémoire en partenariat avec l'association Delta 7 - Dispositif sur 10 séances	Pour les personnes inscrites à l'activité	MATERRAZ	
Mardi 9 à 10h30	Animation mémoire	Pour les personnes inscrites à l'activité	CHARLE	
Mercredi 10 à 11h	Fête de fin de saison	Chacun apporte un petit quelque chose	PAQUOT	
Jeudi 11 à 10h	Animation mémoire	Pour les personnes inscrites à l'activité	PAQUOT	
Jeudi 11 à 14h00	Karaoke	Venez Nombreux	OROIZAT	
Jeudi 11 de 10h à 11h30	Atelier mémoire (Animé par Audrey)	Pour les personnes inscrites à l'activité	MATERRAZ	
Jeudi 11 à 14h00	Atelier de création d'un flipbook. Faites bouger vos images sous vos yeux ! En partenariat avec le Cinéma Le Kosmos	Inscription Indispensable	MATERRAZ	
Vendredi 12 à 14h	Conférence sur le microbiote , ces bactéries qui peuplent nos intestins dont on découvre l'implication pour notre santé un peu plus chaque jour. Venez découvrir ou compléter vos connaissances.	Un atelier de prévention santé proposé par La Mutuelle Familiale. nscription indispensable	OROIZAT	
Vendredi 12 à 14h	Atelier créa 1	Pour les personnes inscrites à l'activité	PAQUOT	
Lundi 15 de 9h30 à 11h30 ou de 14h à 16h	Café numérique : Initiation à l'intelligence artificielle Animé par Laurence Conseillère numérique	Inscription indispensable.	MATERRAZ	
Mardi 16 de 10h à 14h	Atelier cuisine préparé par Aurélie, diététicienne de la ville, suivi d'une dégustation	Inscription indispensable	MATERRAZ	
Mardi 16 à partir de 9h	Atelier Massage : tête, nuque, haut du buste	Inscription indispensable	PAQUOT	
Mardi 16 à 9h	Atelier déco nature	Pour les inscrite.s	PAQUOT	
Mercredi 17 à 14h	Loto animé par Alexandra	Inscription indispensable	PAQUOT	

JUIN (suite et fin)

DATE & HEURE	INITIATIVES	POUR INFORMATION	CLUB	CHOIX
Mercredi 17 à 10h	Atelier philo (salle Nellie Bly à la médiathèque)	Inscription indispensable	MÉDIA THÈQUE	
Vendredi 19 à 10h	Séance Réalité Virtuelle. Venez découvrir, c'est surprenant !	Inscription indispensable	CHARLE	
Vendredi 19 à 14h	Atelier créa.2	Pour les personnes inscrites à l'activité	PAQUOT	
Vendredi 19 juin à partir du 12h	Barbecue: Apportez un plat à partager, on s'occupe du feu et de la bonne humeur !	Inscription indispensable	MATTERRAZ	
Mardi 23 à partir de 9h	Atelier Massage : mains, épaules	Inscription indispensable	PAQUOT	
Lundi 22 de 9h30 à 11h30 ou de 14h à 16h	café numérique : Comparer les offres internet + applis mobiles et chaînes video à connaître	Inscription indispensable	MATTERRAZ	
Jeudi 28 à 12h	Nos stars de Juin : Venez célébrer les anniversaires du mois	Pour les personnes inscrites à la restauration	CHARLE	
Vendredi 26 à 19h	Soirée Dolce Vita	Animée par Didier Couturier. Repas Italien confectonné par l'équipe avec la participation des retraités.e.s inscrits.es aux activités du club Gaston Charle	CHARLE	
lundi 29 à 18h30	Concert Chorale Arc-en-Ciel	Concert participatif - A la fin du concert, les choristes vous offrirons leurs meilleures spécialités autour d'un apéritif	CHARLE	
Lundi 29 de 9h30 à 11h30 ou de 14h à 16h	Atelier numérique "Pratique sur smartphone ou ordinateur" Animé par Laurence Conseillère numérique	Inscription indispensable	CHARLE	

CLUB	ADRESSE		HORAIRES
AMBROISE CROIZAT	64 rue Jules-Ferry	01 71 33 58 80 ou 58 81	10h / 17h
GASTON CHARLE	6 rue Gaston-Charle	01 71 33 58 74	10h / 17h
GEORGES PAQUOT	18 bis rue de Neuilly	01 71 33 58 10	9h / 12h - 13h30 / 17h
AIMÉE MATTERRAZ	15 rue Jean-Pierre Timbaud	01 71 33 58 94	9h / 12h - 13h30 / 17h

