

CLUB	Date	Horaire	Thème
Saint-Éloi	Vendredi 2	14h30	 Vaccination en question : Qui sera le champion ? Dans le cadre de la semaine européenne de la vaccination
Lacuée	Lundi 12	14h30	 Activité intergénérationnelle avec les élèves de CP l'école élémentaire 51 Charenton (Thème à définir)
Saint-Éloi	Mardi 13	11h30	 Pique-nique et visite de la Tour Eiffel Départ à 11h30 de Saint-Éloi Sur inscription auprès de Saint-Éloi
Les Tourelles	Jeudi 15	14h	 Olympiades
Saint-Éloi	Jeudi 15	14h45	 Conférence sur le thème "Vie et œuvre de l'artiste Henry Moore (1898-1986)" par Norma Trosman
Lacuée	Lundi 19	14h30	 Activité intergénérationnelle avec les élèves de CP l'école élémentaire 51 Charenton (Thème à définir)
Saint-Éloi	Mardi 20	14h	 Rencontres amicales de tennis de table avec le réseau des clubs du 11 ^e Au club séniors Roquette
Lacuée	Mardi 20	14h30	 Conférence sur le thème "Littoral normand" par Didier Faget
Saint-Éloi	Mercredi 21	14h	 Randonnée intergénérationnelle avec des enfants de CE2-CM1 d'un ACM et la Fédération Française de randonnée Départ à 13h de Saint-Éloi
Les Tourelles	Mercredi 21	14h30	 Tournoi de baby-foot intergénérationnel avec les enfants de l'ACM Lamoricière
Saint-Éloi	Jeudi 22	13h30	 Rencontres pétanque avec les réseaux des clubs du 11 ^e et du 20 ^e Au Club bouliste de la Croix Saint-Simon RDV sur place à 13h30
Les Tourelles	Vendredi 23	14h30	 Loto
Saint-Eloi	Mardi 27	14h30	 Causerie sur la cuisine du monde

Modalités d'inscription

Les clubs sont ouverts aux parisien.nes, préretraité.es et retraité.es à partir de 55 ans, ou en situation de handicap, du lundi au vendredi. Inscriptions et renseignements dans chaque club. La carte d'adhérent est remise gratuitement : prévoir 2 photos, 1 justificatif de domicile, 1 justificatif de retraite, 1 certificat médical (pour les activités sportives) et 1 pièce d'identité. La carte doit être présentée sur simple demande du personnel de la Direction des Solidarités.



Programme
des clubs séniors



Se divertir | Apprendre | Se rencontrer

Activités physiques



sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Tonus musculaire	Saint-Éloi	Lundi 2 et 19 mai 10h-11h30
Tonus musculaire	Lacuée	Lundi 5 et 19 mai 10h-11h45
Mini-billard	Saint-Éloi	Lundi 14h30-16h30
Tennis de table	Saint-Éloi	Lundi 14h45-16h30 Mardi 10h-11h30
Tonus musculaire	Tourelles	Mardi 13 et 20 mai 10h-12h
Tonus musculaire	Lacuée	Mardi 13 mai 10h-11h45
Jeux de fléchettes	Saint-Éloi	Mardi 6 mai 14h30-16h30
Atelier pétanque	Carnot	Mardi 14h-15h30
Zumba en vidéo	Lacuée	Mardi 13 mai 14h30-15h15
Pilâtes	Saint-Éloi	Mardi 15h-16h
Yoga sur chaise en vidéo	Lacuée	Mardi 13 mai 15h30-16h15
Tonus musculaire	Saint-Éloi	Mercredi 10h-11h30
Yoga sur tapis	Lacuée	Mercredi 14h-15h
Danse fitness en vidéo	Lacuée	Mercredi 14 et 21 mai 15h15-16h
Yoga sur chaise en vidéo	Lacuée	Mercredi 14 et 21 mai 16h15-17h
Tennis de table	Saint-Éloi	Jeudi 15 et 22 mai 10h-11h30
Tonus musculaire	Lacuée	Jeudi 15 mai 10h-11h45
Rencontre pétanque	Croix Saint-Simon	Jeudi 15 mai 13h45-17h
Équilibre en mouvement	Saint-Éloi	Vendredi 2, 9, 16 et 23 mai 10h30-11h30
Yoga sur tapis	Saint-Éloi	Vendredi 2, 9, 16 et 23 mai 14h30-15h30

Activités culturelles



sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Balade à la découverte du 1 ^{er} arrondissement	Saint-Éloi	Lundi 5 et 19 mai 10h-12h
Ciné-club	Tourelles	Lundi 12 mai 14h-16h
Quiz de culture générale	Lacuée	Lundi 5 mai 14h30-16h30
Jeux de mimes	Saint-Éloi	Mercredi 14 mai 14h30-16h30
Théâtre forum	Tourelles	Mercredi 7 et 28 mai 14h30-16h Jeudi 15 et 22 mai 14h30-16h
Revue de presse	Saint-Éloi	Vendredi 16 mai 14h45-16h45
Chant et chorale	Lacuée	Vendredi 2 et 16 mai 14h30-16h30

Activités multimédia



sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Permanence numérique	Lacuée	Mercredi 9h30-12h30 (sur RDV)
Atelier numérique sur ordinateur	Saint-Éloi	Mercredi 10h30-12h
Atelier numérique	Saint-Éloi	Jeudi 15 et 22 mai 10h30-12h

Jeux de société



sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Jeu du baccalauréat	Lacuée	Lundi 5 mai 14h30-16h30
Jeux de société	Tourelles	Mardi et vendredi 14h-16h30
Jeu du baccalauréat	Saint-Éloi	Mercredi 28 mai 14h30-16h30
Jeux de société	Lacuée	Jeudi 15 mai 14h30-16h30
Scrabble et triomino	Saint-Éloi	Vendredi 9 mai 14h45-16h45
Yam's	Saint-Éloi	Vendredi 22 mai 14h45-16h45

Activités prévention santé



sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Jeu de mémoire	Lacuée	Lundi 5 mai 14h30-16h30
Bien-être sophrologie	Saint-Éloi	Lundi 12 mai 15h-16h
Médiation animal	Tourelles	Lundi 26, mardi 27 et mercredi 28 mai 10h30-12h
Cours de français	Saint-Éloi	Mercredi 10h-11h30
Cours de français	Tourelles	Mercredi 13h30-15h
Jeu de mémoire	Saint-Éloi	Mercredi 7 mai 14h30-16h30
Beauté des mains	Tourelles	Mercredi 14 mai 14h-16h
Relaxation « souffle et massage sonore »	Lacuée	Vendredi 2 et 16 mai 10h-12h

Activités manuelles



sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Création de porte-clés	Tourelles	Lundi 19 mai 14h-16h
Broderie et tricot	Saint-Éloi	Lundi 14h30-16h30
Jardinage	Tourelles	Mardi 13 et 27 mai 14h30-15h30
Mandalas	Tourelles	Mercredi 9 avril 14h-16h
Art plastique et peinture	Saint-Éloi	Mercredi 21 mai 14h30-16h
Loisir créatif	Lacuée	Jeudi 15 mai 14h30-16h30
Peinture sur soie	Saint-Éloi	Vendredi 9h-13h

Club Saint-Éloi

10, rue Eugénie Éboué
Tél 01 43 46 25 31
dsol-clubs-paris12@paris.fr
Métro lignes 1 et 8 – Station Reuilly Diderot
Bus lignes 46 et 56 – Stations Reuilly Diderot et Nation Voltaire

Club les Tourelles

22, rue du Chaffault
Tél 01 49 57 59 70
dsol-clubs-paris12@paris.fr
Métro ligne 1 – Station Saint-Mandé
Bus ligne 56 – Station Porte de Saint-Mandé

Club Lacuée

4-6, rue Lacuée
Tél 01 43 46 16 71
dsol-clubs-paris12@paris.fr
Métro ligne 1, 5 et 8 – Station Bastille
Bus ligne 29, 57, 87 et 91 – Station Lyon Ledru Rollin

ETP Carnot

26, boulevard Carnot
Métro ligne 1 – Station Saint-Mandé
Tram ligne T3a – Station Alexandra David-Néel
Bus ligne 29 et 215 – Station Porte de Saint-Mandé et Porte de Vincennes

Club bouliste de la Croix Saint-Simon

En face du 5, rue des Docteurs Déjerine
75020 Paris
Métro ligne 9 – Station Porte de Montreuil
Tram ligne T3b – Station Porte de Montreuil
Bus ligne 215 – Station Place de la Porte de Montreuil