

CLUB	Date	Horaire	Thème
Lacuée	Vendredi 7	14h30	 Karaoké
Saint-Éloi Lacuée Les Tourelles	Vendredi 14	09h30-17h30	 Tournoi interclubs de tennis de table Halle Georges Carpentier 81, boulevard Masséna 75013 Paris Sur inscription pour être joueur ou dans le public auprès du club séniors Saint-Éloi
Saint-Éloi	Mardi 18	09h-15h30	 Boutique de vêtements solidaire Matin : résidents de Saint-Éloi seulement Après-midi : résidents de Saint-Éloi et usagers des clubs du 12
Saint-Éloi Lacuée Les Tourelles	Mercredi 19	14h	 Bal de l'Automne Dans la salle du Chai de Bercy 41, rue Paul Belmondo 75012 Paris Sur inscription auprès du service PRH de la MDS 12 de 14h à 17h au 108, avenue Daumesnil 75012 Paris
Saint-Éloi	Jeudi 20	14h45	 Conférence Artora sur le thème "le vin dans l'art"
Les Tourelles	Jeudi 27	14h30	 Loto
Lacuée	Vendredi 28	13h30	 Activité bien-être soin des cheveux sur RDV

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



Activités physiques



sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Tonus musculaire	Saint-Éloi	Lundi 3 et 17 novembre 10h-11h30 Mercredi 10h-11h30
Tonus musculaire	Lacuée	Lundi 3 et 17 novembre 10h-11h45 Vendredi 21 novembre 14h30-16h15
Tonus musculaire	Tourelles	Mardi 4, 18 et 25 novembre 10h-12h
Mini-billard	Saint-Éloi	Lundi 14h30-16h30
Tennis de table	Saint-Éloi	Lundi 14h45-16h30 Mardi 18 et 25 novembre 10h-11h30 Jeudi 13, 20 et 27 novembre 10h-11h30
Atelier pétanque	TEP Carnot	Mardi 4, 18 et 25 novembre 14h-15h30
Yoga sur chaise	Saint-Éloi	Mardi 25 novembre 15h-16h
Pilâtes	Saint-Éloi	Mardi 4, 18 et 25 novembre 15h-16h
Yoga sur tapis	Lacuée	Mardi 25 novembre 14h-14h45 Mercredi 5, 12 et 26 novembre 14h-14h45
Zumba	Lacuée	Mardi 25 novembre 15h-15h45
Yoga sur chaise	Lacuée	Mardi 25 novembre 16h-16h45 Mercredi 5, 12 et 26 novembre 16h-16h45
Danse fitness	Lacuée	Mercredi 5, 12 et 26 novembre 15h-15h45
Rencontre pétanque	Croix Saint-Simon	Jeudi 13h45-17h
Jeux de fléchettes	Saint-Éloi	Jeudi 27 novembre 14h30-16h30
Marche au Bois de Vincennes	Tourelles	Vendredi 7 novembre 10h-12h

Activités culturelles



sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Quiz de culture générale	Lacuée	Lundi 14h30-16h30
Ciné-Club	Tourelles	Lundi 17 novembre 14h-16h
Jeux de mimes	Saint-Éloi	Mercredi 12 novembre 14h30-16h30
Dictée	Saint-Éloi	Mercredi 26 novembre 14h30-16h30

Activités multimédia



sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Bien sur internet (PRIF)	Lacuée	Mardi 4, 18 et 25 novembre 10h-12h
Permanence numérique	Lacuée	Mercredi 9h30-12h30 (sur RDV)
Atelier numérique sur ordinateur	Saint-Éloi	Mercredi 10h30-12h
Atelier numérique sur smartphone et tablette	Saint-Éloi	Jeudi 10h30-12h

Jeux de société



sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Jeu du baccalauréat	Lacuée	Lundi 14h30-16h30
Bridge et jeux de société	Tourelles	Mardi 4, 18 et 25 novembre 14h-16h30 Vendredi 14h-16h30
Jeu du baccalauréat	Saint-Éloi	Mercredi 19 novembre 14h30-16h30
Jeux de société	Lacuée	Jeudi 14h30-16h30
Jeux de société et jeux de cartes	Saint-Éloi	Vendredi 7, 21 et 28 novembre 14h30-16h30

Activités prévention santé



sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Jeux de mémoire	Lacuée	Lundi 14h30-16h30
Cours de français	Saint-Éloi	Mercredi 10h-11h30
Cours de français	Tourelles	Mercredi 13h30-15h
Médiation animal	Tourelles	Mercredi 26 novembre 14h-15h30
Jeux de mémoire	Saint-Éloi	Mercredi 5 novembre 14h30-16h30
Stage d'anglais débutant	Lacuée	Jeudi 10h30-12h Vendredi 10h30-12h
Beauté des mains et vernis	Tourelles	Jeudi 20 novembre 14h-16h
Atelier mémoire (PRIF)	Saint-Éloi	Vendredi 10h30-12h30

Activités manuelles



sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Activité perles	Tourelles	Lundi 24 novembre 14h-16h
Broderie et tricot	Saint-Éloi	Lundi 14h30-16h30
Atelier jardinage	Tourelles	Lundi 10 novembre 14h30-15h30 Mardi 25 novembre 14h30-15h30
Loisirs et créatif	Saint-Éloi	Mardi 4 novembre 14h30-16h30
Peinture et bijou	Lacuée	Jeudi 14h30-16h30
Atelier photo	Saint-Éloi	Mercredi 19 novembre 14h30-16h

ADRESSES DES CLUBS du 12^e arrt

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



TEP 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



Boulodrome Paysagé

du Complexe Sportif Déjerine

32, 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



Club accessible aux personnes en fauteuil roulant. S'informer au préalable auprès du club sur les conditions d'accessibilité.