

CLUB	Date	Horaire	Thème
Les Tourelles	Mardi 2	14h30	Représentation de danses de Noël avec les élèves du conservatoire Paul Dukas du 12e
Saint-Éloi	Jeudi 4	14h45	Loto de Noël
Les Tourelles	Mardi 9	14h30	Spectacle de Noël de variétés françaises
Lacuée	Mardi 9	14h30	Loto de Noël
Saint-Éloi	Jeudi 11	14h45	Conférence Artora sur le thème "l'Histoire de la magie"
Lacuée	Vendredi 12	14h30	Karaoké de Noël
Saint-Éloi Lacuée	Lundi 15	14h30	Cocktail des Champions : Challenge de pétanque 1 ^{ère} édition Grand quizz des séniors 1 ^{ère} édition Tournoi interclubs de tennis de table 2 ^{ème} édition
Saint-Éloi	Mercredi 17	14h45	Spectacle lyrique de Noël avec Daria Aymé-Martin Birczynska et Julio Laks
Les Tourelles	Jeudi 18	14h30	Loto de Noël
Lacuée	Vendredi 19	12h-16h30	Cocktail et spectacle de Noël Avec Chris Cavelli

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 1 ^{er} et 8 décembre 10h-11h30 Mercredi 3, 10, 17 et 24 décembre 10h-11h30	
Tonus musculaire	Lacuée	Lundi 1 ^{er} , 8 et 22 décembre 10h-11h45	
Tonus musculaire	Tourelles	Mardi 10h-12h	
Mini-billard	Saint-Éloi	Lundi 1 ^{er} et 8 décembre 14h30-16h30	
Tennis de table	Saint-Éloi	Lundi 1 ^{er} et 8 décembre 14h45-16h30 Mardi 2, 9, 16 et 23 décembre 10h-11h30 Jeudi 4, 11 et 18 décembre 10h-11h30	
Atelier pétanque	TEP Carnot	Mardi 2, 9 et 16 décembre 14h-15h30	
Yoga sur chaise	Saint-Éloi	Mardi 16 décembre 15h-16h	
Pilâtes	Saint-Éloi	Mardi 2 et 9 décembre 15h-16h	
Yoga sur tapis	Lacuée	Mardi 2 et 16 décembre 14h-14h45 Mercredi 3, 10 et 17 décembre 14h-14h45	
Zumba	Lacuée	Mardi 2 et 16 décembre 15h-15h45	
Yoga sur chaise	Lacuée	Mardi 2 et 16 décembre 16h-16h45 Mercredi 3, 10 et 17 décembre 16h-16h45	
Danse fitness	Lacuée	Mercredi 3, 10 et 17 décembre 15h-15h45	
Rencontre pétanque	Croix Saint-Simon	Jeudi 4, 11 et 18 décembre 13h45-17h	
Jeux de fléchettes	Saint-Éloi	Jeudi 18 décembre 14h30-16h30	

Activités culturelles			sur inscription
	CLUBS	Jours et horaires	
Quiz de culture générale	Lacuée	Lundi 8 et 22 décembre 14h30-16h30	
Ciné-Club	Tourelles	Lundi 8 décembre 14h-16h	
Jeux de mimes	Saint-Éloi	Mercredi 10 décembre 14h30-16h30	

Activités multimédia			sur inscription
	CLUBS	Jours et horaires	
Bien sur internet (PRIF)	Lacuée	Mardi 2, 9 et 16 décembre 10h-12h	
Permanence numérique	Lacuée	Mercredi 3 et 10 décembre 9h30-12h30 (sur RDV)	
Atelier numérique sur ordinateur	Saint-Éloi	Mercredi 10 et 17 décembre 10h30-12h	
Atelier numérique sur smartphone et tablette	Saint-Éloi	Jeudi 4, 11 et 18 décembre 10h30-12h	

Jeux de société			sur inscription
	CLUBS	Jours et horaires	
Jeu du baccalauréat	Lacuée	Lundi 8 et 22 décembre 14h30-16h30	
Bridge et jeux de société	Tourelles	Mardi 2, 16, 23 et 30 décembre 14h-16h30 Vendredi 14h-16h30	
Jeu du baccalauréat	Saint-Éloi	Mercredi 24 décembre 14h30-16h30	
Jeux de société et jeux de cartes	Saint-Éloi	Vendredi 5, 12 et 26 décembre 14h30-16h30	

Activités prévention santé			sur inscription
	CLUBS	Jours et horaires	
Jeux de mémoire	Lacuée	Lundi 8 et 22 décembre 14h30-16h30	
Cours de français	Saint-Éloi	Mercredi 3, 10 et 17 décembre 10h-11h30 Vendredi 12 décembre 10h-11h30	
Cours de français	Tourelles	Lundi 8 et 15 décembre 13h30-15h Mercredi 13h30-15h	
Médiation animal	Tourelles	Lundi 1 ^{er} décembre 14h-15h30 Jeudi 18 décembre 10h30-12h	
Jeux de mémoire	Saint-Éloi	Mercredi 3 décembre 14h30-16h30	
Atelier mémoire	Tourelles	Mercredi 17 décembre 14h30-16h	
Beauté des mains et vernis	Tourelles	Jeudi 11 décembre 14h-16h	
Atelier mémoire (PRIF)	Saint-Éloi	Vendredi 5, 12 et 19 décembre 10h30-12h30	

Activités manuelles			sur inscription
	CLUBS	Jours et horaires	
Broderie et tricot	Saint-Éloi	Lundi 1 ^{er} et 8 décembre 14h30-16h30	
Mandala de Noël	Tourelles	Lundi 15 décembre 14h-16h	
Activité peinture	Saint-Éloi	Mardi 2 décembre 14h30-16h30	
Atelier jardinage	Tourelles	Mardi 16 décembre 14h30-15h30	
Loisirs et créatif de Noël	Saint-Éloi	Mardi 9, 16 et 23 décembre 14h30-16h30	
Peinture et bijou	Lacuée	Jeudi 6, 13 et 20 novembre 14h30-16h30	

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