

ANIMATIONS SENIORS

PROGRAMME - SEPTEMBRE À DÉCEMBRE 2026

À PARTIR DE 60 ANS



Centre Communal d'Action Sociale
lesclayessousbois.fr

PRÉVENIR POUR BIEN VIEILLIR

Conférence des financeurs de la prévention de la perte d'autonomie



Espace Jacqueline Auriol (2 bis, allée Henri Langlois)

☎ 01 76 52 03 17 - ✉ espace.j.auriol@lesclayessousbois.fr - 🌐 lesclayessousbois.fr

Jours et horaires d'ouverture :

Les lundis, mardis, mercredis et vendredis de 13h30 à 17h - Les jeudis de 8h30 à 12h et de 13h30 à 17h

Minibus : 06 82 26 98 45

ÉVÉNEMENTS DU TRIMESTRE



Café de l'amitié

Tout au long de l'année, y compris pendant les périodes de congés scolaires, nous vous donnons rendez-vous pour partager un moment de convivialité privilégié autour d'un café ou un thé accompagné de vos gourmandises... Vous y croiserez peut-être des têtes familières, très certainement de célèbres inconnus et même si on ne vous y attend pas, vous y serez toujours les bienvenus. Qu'attendez-vous pour franchir le pas ?

Tous les jeudis à partir de 9h30

Espace Jacqueline Auriol - Gratuit - Sans inscription

Exposition « Le passage des formes »

Il y a des peintres qui posent la couleur. Laurent HY, lui, la sculpte. Auto-didacte, Laurent HY a développé au fil des années une écriture picturale singulière : une matière dense, texturée, presque tissée, où les motifs semblent surgir du relief plutôt que de la simple couleur. Ses toiles ne se regardent pas seulement, elles s'explorent - l'œil suit les sillons, les torsades, les reliefs qui donnent à chaque œuvre une profondeur presque sculpturale.

À travers cette exposition, vous êtes invités à entrer dans un monde où la peinture déborde du cadre, où la matière raconte autant que la couleur, et où chaque toile invite à un temps d'arrêt, à une contemplation presque tactile.

Entrée libre du 1^{er} septembre au 16 octobre 2026

Espace Jacqueline Auriol aux horaires d'ouverture



Loto



Loto, bingo, quine, rifle, poule au gibier... peu importe comment vous l'appellez, le plaisir reste le même ! Qu'importe l'étiquette : l'essentiel, c'est de se retrouver, de rire ensemble et de tenter sa chance ! Alors ne manquez pas ce rendez-vous convivial : qui sait, la fortune sourira peut-être à votre carton ce jour-là !

Mardi 10 novembre à 14h - Espace Philippe Noiret - Sans inscription

Participation financière : 2,50 € le carton (paiement sur place)

Activités intergénérationnelles

Les activités intergénérationnelles sont enrichissantes pour chaque participant, quel que soit son âge.

Au sein de la médiathèque Jacques Prévert et en lien avec les enfants du centre de loisirs Marcel Pagnol, venez participer à ces après-midi jeux de société où petits et grands partagent leurs expériences, souvenirs mais également des moments de convivialité.

Les mercredis 4 novembre et 9 décembre à 14h30

Médiathèque Jacques Prévert - Gratuit - Sur inscription





Chantons ensemble

Envie de partager un moment musical ? Michel et Madeleine vous ouvrent les portes d'un «Jardin extraordinaire» de chansons ! Laissez la musique vous emporter, de «La mer» aux rivages plus contemporains. Que vous connaissiez les paroles par cœur ou que vous ayez juste envie de fredonner, cette invitation musicale est lancée. Alors rendez-vous pour «Chanter la vie» !

Les mercredis 18 novembre et 16 décembre à 14h30
Espace Jacqueline Auriol - Gratuit - Sur inscription

La Compagnie Mascarille-Manuel présente « Animaux d'auteurs »

Grâce aux textes de Raymond Devos, d'Alphonse Daudet, d'Edmond Rostand, et aux chansons (« censurées ») de Georges Brassens, du « Petit poissons et du petit oiseau » de Jean-Max Rivière, du « Rossignol de mes amours » de Luis Mariano, de Richard Gotainer, d'Henri Salvador, de Claude Nougaro, nous respirons un air pur qui nous fait chanter le cœur et la mémoire. Une idée à retenir ? Les animaux ne sont pas bêtes !

Mardi 3 novembre à 14h30 - Espace Philippe Noiret - Sur inscription
Participation financière : Clétiens 2 € / Hors commune 4 €



Denis Boys Band

Nos trois joyeux compères vous proposent une revisite du répertoire de la chanson française avec un accompagnement à la guitare. Une balade musicale entraînante, un hymne à l'amitié et à la joie de vivre que nous vous invitons à partager, sans modération, avec nos épicuriens.

Vendredi 13 ou vendredi 20 novembre à 14h30
Espace Jacqueline Auriol - Gratuit - Sur inscription

Pas de danse



Michèle et Roger, de l'association Arc-en-ciel, vous proposent une initiation à la danse en ligne. Accessible à tous, peu importe votre niveau de danse ! Dans leurs pas, vous voyagerez en Amérique du Nord (madison, charleston, rock & swing, country...), en Amérique du Sud et Caraïbes (chachacha, mambo, salsa, rumba, samba...), en passant par les danses traditionnelles d'Europe (sirtaki, tarentelle, danses irlandaises...).

Alors même si vous n'avez pas le rythme dans la peau, c'est l'occasion de tester cette pratique artistique et de passer un bon moment !

Les lundis 28 septembre et 16 novembre à 14h
Espace Philippe Noiret - Gratuit - Sur inscription

Thé dansant

Tango, cha-cha-cha, zouk, rock... Danses à deux, danses en ligne, il y en a pour tous les goûts ! Didier Couturier et son acolyte seront heureux de vous entraîner dans une virevoltante après-midi joyeuse et décontractée.

Mardi 17 novembre à 14h - Espace Philippe Noiret - Sur inscription
Participation financière : adhérent : gratuit / non-adhérent : 10 €



LOISIRS ET CULTURE

Dîner spectacle

Avant le spectacle, nous vous invitons à partager un moment de convivialité autour d'un buffet dînatoire. Une occasion de nous faire découvrir vos talents culinaires en apportant quelque chose à déguster en salé, sucré ou boissons. N'hésitez pas à réserver vos places pour ces différents spectacles dès maintenant !



• Enfant du siècle (spectacle humour)

Philippe-Audrey Larrue-St-Jacques met son intelligence hors-normes et sa culture stupéfiante au service de l'humour. Ce HPI hypersensible touche tous les publics par son écriture et son inclusivité naturelle, il est devenu le chouchou des québécois tant au théâtre, sur le net qu'à la télévision. Venir voir Philippe-Audrey Larrue-St-Jacques c'est découvrir un monde hilarant où Garou croise Victor Hugo, tandis que Sartre s'en prend plein la tête dans un sketch délirant et surtout rire aux éclats pendant une heure.

Vendredi 15 janvier à 17h - Espace Jacqueline Auriol - Gratuit - Sur inscription
Participation financière : Clétiens 19 € / Hors commune 22 €

• Du charbon dans les veines (théâtre)

1958, à Noeux-Les-Mines, petite ville minière du Nord de la France, Sosthène « boute en train- philosophe de comptoir », vient d'acheter, grâce à sa pension de la silicose, une télé en noir et blanc. Il veut absolument voir la Coupe du Monde de foot en Suède et notamment le petit Raymond Kopa (star de l'équipe de France et ancien mineur de Nœud) marquer des buts.

Pendant ce temps-là, son fils Pierre et son meilleur ami Vlad, creusent à la mine, élèvent des pigeons-voyageurs et jouent de l'accordéon dans l'orchestre local dirigé par Sosthène. Cette petite sphère joviale et haute en couleurs, malgré la poussière du charbon, ne sera plus vraiment la même le jour où la jolie Leila vient jouer de l'accordéon dans l'orchestre.

Vendredi 23 avril à 17h - Espace Jacqueline Auriol - Sur inscription
Participation financière : Clétiens 23 € / Hors commune 29 €



Conférence musicale



Le mystère des bois : une famille aux mille voix

Partez à la découverte des bois avec Ishtar, musicologue, pour un moment riche en écoute et en partage !

Saviez-vous que les bois forment, avec les cuivres, l'une des deux grandes familles des instruments à vent ? De la flûte au basson, en passant par le hautbois et la clarinette, laissez-vous guider à travers leurs sonorités, leurs histoires et leurs secrets. Une parenthèse musicale conviviale, ouverte à tous, curieux comme mélomanes avertis !

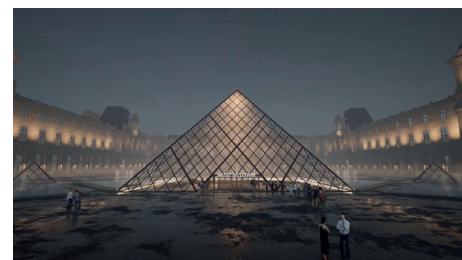
Mardi 15 décembre à 14h30 - Espace Philippe Noiret - Gratuit - Sur inscription

Visite virtuelle

Le Louvre a des secrets... venez les découvrir

Derrière ses murs séculaires, le Louvre garde jalousement les traces de huit siècles d'histoire. Ancien palais des rois devenu écrin des plus grands trésors de l'humanité, il n'a pas fini de nous surprendre.

Laurine, notre guide, vous entraîne dans une visite virtuelle hors du temps, à travers des salles majestueuses où chaque œuvre raconte une histoire, chaque couloir cache un mystère. Nées d'un rêve fou en 1793, créer le premier musée universel, ses collections vous feront voyager des rives de l'Amérique jusqu'aux confins de l'Asie, sans jamais quitter votre siège.



Mardi 13 octobre à 14h30 - Espace Philippe Noiret - Sur inscription
Participation financière : Clétiens 2 € / Hors commune 4 €



Théâtre d'improvisation

Initiez-vous à l'improvisation théâtrale ! Vous apprendrez le lâcher prise, la confiance en soi et dans le groupe, la prise de parole en public, l'imagination. Vous vous verrez capable de créer des personnages en quelques secondes, et de leur faire vivre d'incroyables histoires.

Les mardis 22 et 29 septembre, 6 et 13 octobre, 3, 10 et 17 novembre, 1, 8 et 15 décembre à 14h - Communs du Château, 1^{er} étage - Sur inscription

Participation financière : tarif unique 25 €

Philatélie

Philatéliste averti, collectionneur en herbe ou simple amasseur de timbres oblitérés ou neufs, nous vous proposons de faire connaissance, découvrir et échanger sur votre passion pour le timbre.

Lundis 14 et 28 septembre, 12 octobre, 2, 16 et 30 novembre, 14 décembre à 14h

RDC des Communs du Château - Gratuit - Sur inscription
(La séance du 16/11 aura exceptionnellement lieu à l'Espace Auriol)



CINÉ « THÉ OU CAFÉ »

PROJECTION À 14H À L'ESPACE PHILIPPE NOIRET - SANS INSCRIPTION - 2,50 € À RÉGLER SUR PLACE

Jeudi 10 septembre « La fille de Brest »



Dans son hôpital de Brest, une pneumologue découvre un lien direct entre des morts suspectes et la prise d'un médicament commercialisé depuis 30 ans, le Mediator. De l'isolement des débuts à l'explosion médiatique de l'affaire, l'histoire inspirée de la vie d'Irène Frachon est une bataille de David contre Goliath pour voir enfin triompher la vérité.

Jeudi 5 novembre « L'armée des ombres »



France 1942. Gerbier, ingénieur des Ponts et Chaussées est également l'un des chefs de la Résistance. Dénoncé et capturé, il est incarcéré dans un camp de prisonniers. Alors qu'il prépare son évasion, il est récupéré par la Gestapo.

Jeudi 8 octobre « The Truman show » VOST



Truman Burbank mène une vie calme et heureuse. Il habite dans un petit pavillon propre de la radieuse station balnéaire de Seahaven. Il part tous les matins à son bureau d'agent d'assurances dont il ressort huit heures plus tard pour regagner son foyer, savourer le confort de son habitat modèle, la bonne humeur inaltérable et le sourire mécanique de sa femme, Meryl...

Jeudi 17 décembre « Le club des miracles »



Les femmes de la petite ville de Ballyfermot, en Irlande, espèrent toutes être les heureuses élues qui pourront effectuer un pèlerinage dans la ville sacrée de Lourdes, en France. Au cours d'une soirée de tombola, Lily, Eileen, Dolly et Chrisie remportent le prix tant convoité.



Magie

Épatez vos petits-enfants et surprenez vos amis ! Denis vous apprendra à maîtriser des tours de magie aussi bluffants que variés (cartes, cordes, pièces...), dans une ambiance conviviale et pleine de bonne humeur. Aucune expérience nécessaire, juste l'envie de s'amuser et de faire des étincelles !

Mardis 22 septembre, 13 et 27 octobre, 17 et 24 novembre, 8 et 22 décembre à 9h30 - Espace Jacqueline Auriol - Sur inscription

Participation financière : tarif unique 25 €

Bouquin'âge

Aimer lire, une passion à partager ! Animé par Laurène de la Médiathèque Jacques Prévert, nous vous proposons un espace pour discuter littérature, un temps propice à la rencontre et aux échanges autour du livre dans une ambiance conviviale et amicale.

Judis 10 septembre, 15 octobre, 19 novembre, 17 décembre à 14h30
Médiathèque Jacques Prévert - Gratuit - Sur inscription



Plaisir d'écrire

Animé par Jessica de la Médiathèque Jacques Prévert et ouvert à tous ! Même si l'on n'a jamais écrit, participer à cet atelier d'écriture propose un cadre qui soutient, stimule et invite à se libérer en créant, en écrivant. Un moment de détente, d'évasion, de réflexion et de partage avec un seul maître mot : le plaisir !

Les dates seront communiquées ultérieurement
Espace Jacqueline Auriol - Gratuit - Sur inscription

ATELIERS CRÉATIFS FAIT-MAIN



Travaux d'aiguilles : partage de savoir-faire

Débutant ou main experte, venez partager un moment convivial autour de la broderie, du tricot et de la couture. Chacun apporte son savoir, ses astuces, ses coups de main, et repart avec de nouvelles idées glanées auprès des autres. Un après-midi placé sous le signe du partage, de la bonne humeur et de la créativité. Apportez votre ouvrage en cours, vos outils, votre bonne humeur...

Vendredis 18 septembre, 2 et 23 octobre, 6 et 20 novembre, 4 et 18 décembre à 14h30
Espace Jacqueline Auriol - Gratuit - Sur inscription

Atelier carterie

Nous avons le plaisir de vous proposer un atelier de création de cartes de vœux, qui vous donnera un avant-goût des fêtes de fin d'année. Si vous cherchez une manière originale et créative de souhaiter la nouvelle année à vos proches, n'hésitez pas à vous inscrire.

Lundi 7 ou mardi 8 décembre à 14h - Espace Jacqueline Auriol - Sur inscription
Participation financière : tarif unique 5 €





Bowling

Envie de bouger, rire et partager un bon moment ? Venez profiter de cette activité ludique et sportive, dans une ambiance décontractée et festive. Que vous soyez joueur aguerri ou simple curieux, tout le monde y trouve sa place ! Au programme : 2 parties animées... et une boisson offerte pour prolonger la convivialité.

Lundi 2 novembre - rendez-vous à 13h15 et départ à 13h30
Arrêt de bus rue Jules Ferry - Sur inscription

Participation financière : Clétiens 13 € / Hors commune 26 €

Pour les 3 sorties ci-dessous, si vous souhaitez participer à plusieurs d'entre elles, merci de bien vouloir les classer par ordre de préférence.

Notre Dame de Paris

Accompagnés de Laurine, partez à la découverte de la Cathédrale Notre Dame de Paris, dont l'histoire est étroitement liée à celle de la France et des Français. Construite au XII^{ème} siècle, modifiée au XVIII^{ème} siècle puis restaurée au XIX^{ème} siècle, elle est le symbole du culte chrétien à Paris au cours des siècles. À la suite de l'incendie de 2019, un important chantier de restauration a été mené afin de rendre tout son prestige à ce lieu emblématique.

Pour le déjeuner, pensez à prévoir votre panier repas ou profitez de l'occasion pour déjeuner dans l'un des nombreux bistrots, brasseries et restaurants parisiens.

Jeudi 17 septembre - Rendez-vous à 8h - Départ 8h15
Arrêt de bus rue Jules Ferry - Sur inscription

Participation financière : Clétiens 18 € / Hors commune 36 €



Musée de Cluny

Ouvert en 1844, le musée de Cluny est l'un des plus anciens musées parisiens et aujourd'hui musée du Moyen- Âge. Participez à ce voyage à travers le temps, du I^{er} au XVI^{ème} siècle, et parcourez l'Histoire à travers celle des collections du musée, grâce à leurs plus beaux chefs-d'œuvre, dont l'incontournable Dame à la licorne.

Pour le déjeuner, pensez à prévoir votre panier repas ou profitez de l'occasion pour vous faire plaisir dans un restaurant. Après le repas, profitez du moment pour découvrir ou redécouvrir les lieux plus ou moins connus de ce quartier incontournable.

Vendredi 9 octobre - Rendez-vous à 8h30 - Départ 8h45 - Arrêt de bus rue Jules Ferry - Sur inscription

Participation financière : Clétiens 9,50 € / Hors commune 19 €

Château de Vincennes

Château fort, résidence royale, prison d'État, arsenal, manufacture... Vincennes n'a jamais cessé de se réinventer.

Né au cœur de la guerre de Cent Ans, ce rempart devient aussi résidence des rois - avant de révéler sa face plus sombre : dès le XVI^{ème} siècle, il se transforme en prison redoutée, où furent enfermés Fouquet, Mirabeau, ou encore la troublante Charlotte de Montmorency. Venez profiter d'une journée combinant visite et atelier menés par des professionnels, axée sur l'art de l'écriture et de la confection d'ouvrages au Moyen Âge.



Mercredi 25 novembre - Rendez-vous à 8h - Départ 8h15 - Arrêt de bus rue Jules Ferry - Sur inscription

Participation financière : Clétiens 11 € / Hors commune 22 €

PRÉVENTION

L'entr'aideurs café, ouverts à tous les proches aidants

Le rôle d'aidant peut être vécu comme une charge lourde, tant sur le plan psychique que sur les plans physique, émotionnel, social et financier. Le périmètre de l'aide est vaste, allant de l'aspect moral (présence, compagnie, soutien), à la prise en charge logistique des actes de la vie quotidienne (gestion administrative, courses, déplacements, tâches ménagères, repas...).

En partenariat avec l'Institut de Prévention de la Santé (IPS), nous vous proposons des temps de rencontres autour d'un café chaleureux :

- Comment puis-je alléger ma charge mentale et émotionnelle ? le mardi 6 octobre
- Comment parler de ma situation à mon entourage ? le mardi 15 décembre

De 10h à 12h - Espace Jacqueline Auriol - Gratuit - Sur inscription

Conférence « maintien à domicile »

Vous vous posez des questions sur le maintien à domicile ? Vous aimeriez comprendre qui fait quoi entre une aide à domicile et une auxiliaire de vie ? Vous ne savez pas vers qui vous tourner pour demander une aide financière ? Chloé, de l'AVAD, vous invite à une rencontre conviviale et interactive pour répondre à toutes vos questions et démêler le vrai du faux sur ce sujet qui peut tous nous concerner, tôt ou tard.

Venez avec vos questions, votre curiosité, et repartez avec des réponses claires et des contacts utiles !

Lundi 12 octobre à 14h30 - Espace Jacqueline Auriol - Gratuit - Sur inscription

LES ATELIERS SANTÉ BIEN-ÊTRE

Promenade santé et découverte de l'environnement



Vous avez envie de vous dégourdir les jambes, mais vous n'aimez pas marcher seul et vous aventurer trop loin sans savoir où vous allez, cette activité est faite pour vous ! Accompagnés d'un randonneur qualifié, nous vous proposons de petites balades en forêt sur de courtes distances, afin de prendre l'air. De temps en temps, vous serez accompagnés par Maël qui vous sensibilisera à la faune et la flore locales.

Vendredis 11 et 25 septembre, 9 et 23 octobre, 6 et 20 novembre, 4 et 18 décembre
Départ à 9h30 de l'Espace Jacqueline Auriol - Gratuit - Sur inscription

Gymnastique douce et d'équilibre

Séances animées par Jérôme, éducateur sportif, de l'association « Sport pour tous ». Il vous fera travailler votre équilibre et la force musculaire de vos jambes. Un atelier qui contribuera au maintien de la bonne santé de vos os et à l'amélioration de votre confiance en vous par une pratique régulière d'activités physiques.

Les jeudis du 17 septembre au 17 décembre à 8h30, 9h30, 10h30 ou 11h30 (hors vacances et jours fériés) au Cap'Ados
Les vendredis du 18 septembre au 18 décembre à 10h ou 11h (hors vacances et jours fériés) aux Communs du Château
Participation financière : Clétiens : 30 € / Hors commune : 60 € - Communs du Château - Sur inscription

Gymnastique extérieure

Activité gymnique de renforcement musculaire et cardio, des exercices simples, accessibles à tous.

Les vendredis du 18 septembre au 18 décembre à 9 h dans la cour des Communs du Château (hors vacances et jours fériés)
Participation financière : Clétiens : 20 € / Hors commune : 40 € - Sur inscription



Sophrologie

Vous êtes conviés à découvrir des techniques simples et naturelles : la respiration, le relâchement musculaire, la concentration... Le tout permettant d'atténuer les sensations de douleurs, d'améliorer le sommeil, de stimuler les capacités d'attention, de concentration et de mémorisation, de gagner en autonomie et en confiance en soi.

Jeudis 17 et 24 septembre, 1 et 15 octobre, 5, 19 et 26 novembre, 3, 10 et 17 décembre à 14h30 (sous réserve de 10 inscrits)
Vendredis 18 et 25 septembre, 2 et 16 octobre, 6, 20 et 27 novembre, 4, 11 et 18 décembre aux Communs du Château à 14h30 (cours avancé)
Participation financière : Clétiens : 55 € / Hors commune : 110 € - Communs du Château - Sur inscription

AGENDA

Septembre

Tous les jeudis : Café de l'amitié 9h30
Samedi 5 : Forum des associations
Lundi 7 : Inscriptions
Jeudi 10 : Ciné Thé ou Café 14h
Jeudi 10 : Bouquin'âge 14h30
Vendredis 11 et 25 : Marche 9h30
Lundis 14 et 28 : Philatélie 14h
Jeudi 17 : Sortie Notre Dame 8h15
Jeudis 17 et 24 : Gym douce 8h30, 9h30, 10h30, 11h30
Jeudis 17 et 24 : Sophrologie 14h30
Vendredi 18 : Travaux d'aiguilles 14h30
Vendredis 18 et 25 : Gym extérieure 9h
Vendredis 18 et 25 : Gym douce 10h, 11h
Vendredis 18 et 25 : Sophrologie 14h30
Mardi 22 : Magie 9h30
Mardis 22 et 29 : Théâtre d'impro 14h
Lundi 28 : Pas de danse 14h

Novembre

Tous les jeudis : Café de l'amitié 9h30
Lundi 2 : Sortie Bowling 13h30
Lundi 2, 16 et 30 : Philatélie 14h
Mardi 3 : Spectacle musical 14h30
Mardis 3, 10 et 17 : Théâtre d'impro 14h
Mercredi 4 : Rencontre intergénérationnelle 14h30
Jeudi 5 : Ciné thé ou café 14h
Jeudis 5, 12, 19 et 26 : Gym douce 8h30, 9h30, 10h30, 11h30
Jeudis 5, 19 et 26 : Sophrologie 14h30
Vendredis 6 et 20 : Travaux d'aiguilles 14h30
Vendredis 6, 13, 20 et 27 : Gym extérieure 9h
Vendredis 6 et 20 : Marche 9h30
Vendredis 6, 13, 20 et 27 : Gym douce 10h, 11h
Vendredis 6, 20 et 27 : Sophrologie 14h30
Mardi 10 : Loto 14h
Vendredis 13 ou 20 : Concert Denis Boys Band 14h30
Lundi 16 : Pas de danse 14h
Mardi 17 : Thé dansant 14h
Mardis 17 et 24 : Magie 9h30
Mercredi 18 : Chantons ensemble 14h30
Jeudi 19 : Bouquin'âge 14h30
Mercredi 25 : Sortie Château de Vincennes 8h15

Octobre

Tous les jeudis : Café de l'amitié 9h30
Jeudis 1 et 15 : Sophrologie 14h30
Jeudis 1, 8 et 15 : Gym douce 8h30, 9h30, 10h30, 11h30
Vendredis 2 et 23 : Travaux d'aiguilles 14h30
Vendredis 2, 9 et 16 : Gym extérieure 9h
Vendredis 2, 9 et 16 : Gym douce 10h, 11h
Vendredis 2 et 16 : Sophrologie 14h30
Mardi 6 : Café entr'aïdants 10h
Mardis 6 et 13 : Théâtre d'impro 14h
Jeudi 8 : Ciné Thé ou Café 14h
Vendredis 9 : Sortie Musée de Cluny 8h45
Vendredis 9 et 23 : Marche 9h30
Lundi 12 : Philatélie 14h
Lundi 12 : Conférence Maintien à domicile 14h30
Mardi 13 : Visite virtuelle « Le Louvre » 14h30
Mardis 13 et 27 : Magie 9h30
Jeudi 15 : Bouquin'âge 14h30

Décembre

Tous les jeudis : Café de l'amitié 9h30
Mardis 1, 8 et 15 : Théâtre d'impro 14h
Mercredi 2 : Conférence historique 14h30
Jeudis 3, 10 et 17 : Gym douce 8h30, 9h30, 10h30, 11h30
Jeudis 3, 10 et 17 : Sophrologie 14h30
Vendredis 4, 11 et 18 : Gym extérieure 9h
Vendredis 4 et 18 : Marche 9h30
Vendredis 4, 11 et 18 : Gym douce 10h, 11h
Vendredis 4, 11 et 18 : Sophrologie 14h30
Vendredis 4 et 18 : Travaux d'aiguilles 14h30
Lundi 7 : Atelier carterie 14h
Mardi 8 : Atelier carterie 14h
Mardis 8 et 22 : Magie 9h30
Mercredi 9 : Rencontre intergénérationnelle 14h30
Vendredi 11 et samedi 12 : Banquet
Lundi 14 : Philatélie 14h
Mardi 15 : Conférence musicale 14h30
Mardi 15 : Café entr'aïdants 10h
Mercredi 16 : Chantons ensemble 14h30
Jeudi 17 : Ciné Thé ou Café 14h
Jeudi 17 : Bouquin'âge 14h30

Fermetures exceptionnelles : Les 10 septembre, 11 novembre et 25 décembre.

INFORMATIONS :

Tarifs : Clétiens 12 € ; Hors commune 22 €

Pourquoi adhérer ? L'adhésion est obligatoire pour accéder à l'Espace Jacqueline Auriol et participer aux activités (ateliers, sorties, minibus, journées promenade, banquet de Noël...), dans la limite des places disponibles.

Comment s'inscrire ? Les inscriptions ouvrent le **lundi 7 septembre à 10h**. Complétez le formulaire joint à ce courrier et envoyez-le par mail ou déposez-le directement à l'Espace Auriol.

Toute demande formulée avant cette date ne sera pas traitée.

Païement : les chèques sont à libeller à l'ordre de « Régie recettes animations seniors ».

Important ! Même pour les activités gratuites, une inscription préalable est obligatoire afin de respecter les capacités d'accueil. Pour des raisons de sécurité, nous nous réservons le droit de refuser l'accès en cas de dépassement de capacité.

Merci de noter les nouveaux numéros de l'Espace Auriol : 01 76 52 03 17 et 06 99 00 82 85