

Le mag seniors

KB Le Kremlin Bicêtre

N°13

Novembre / Décembre 2024

Chers amis,

Avec l'arrivée de l'hiver, nos journées se font plus courtes et fraîches, mais la chaleur humaine qui règne au sein du Club Lacroix, elle, ne faiblit pas !

Nous tenons à saluer l'énergie et la convivialité des équipes qui animent vos rencontres et vos activités, tout particulièrement en cette période de fin d'année. Tout au long des mois de novembre et décembre, le Club Lacroix continue de vous proposer un programme riche et varié, avec des activités adaptées à chacun. Que vous soyez amateur de jeux, de loisirs créatifs ou de sorties culturelles, il y en aura pour tous les goûts ! Le mois de décembre sera marqué par un événement que nous attendons tous avec impatience : la Fête du Club Lacroix !

Ce déjeuner festif et dansant sera l'occasion de nous retrouver dans la bonne humeur, de partager un moment de détente et de joie ensemble avant de nous projeter vers la nouvelle année ! Réservez la date, inscrivez-vous auprès des équipes du Club et venez nombreux, ce moment de fête et de partage promet d'être, comme chaque année, inoubliable !

Nous vous souhaitons une fin d'année douce et agréable, pleine de moments chaleureux avec vos proches et amis.

À très bientôt au Club !



Jean-François Delage
Maire du Kremlin-Bicêtre



Jacques Hassin
Adjoint au maire
Chargé de la santé
et des seniors

Infos pratiques

INSCRIPTIONS AU CLUB LACROIX

Pour être prise en compte, toute annulation doit être effectuée 48h à l'avance. Pour le renouvellement de la carte d'adhésion pour la saison 2024-2025, merci de vous munir d'un justificatif de domicile de moins de trois mois et de votre ancienne carte.

MEMOS :

Adhésion annuelle : 10,30 €

(de septembre 2024 à fin août 2025)

Participation aux ateliers :

1 atelier : 30,90 €

2 ateliers : 20,60 €

de 3 à 5 ateliers : 15,45 €

Lors des inscriptions pour les activités, le Club Antoine-Lacroix garde des places pour les « nouveaux inscrits » afin que tous puissent participer.

Vœux 2025

PENSEZ À VOUS INSCRIRE

L'heure des vœux à bientôt sonné !

Rendez-vous le dimanche 19 janvier pour le banquet annuel. Inscrivez-vous au 01 46 72 46 09 ou directement au club Antoine-Lacroix avant le 13 décembre.



Les ateliers

AU CLUB LACROIX

Encadrement et cartonnage : lundi de 9h30 à 11h

Tricot : mercredi de 14h à 16h

Tricot (bébés) : vendredi de 14h à 16h

Dessin : mercredi de 9h30 à 11h30

Couture : mercredi de 14h à 16h

Décorations galets : vendredi de 9h30 à 11h30

Vocal : jeudi de 14h30 à 17h

Anglais : vendredi à partir de 9h

PISCINE INTERCOMMUNALE DU KREMLIN-BICÊTRE

Aquagym : lundi de 16h15 à 17h15

Natation : jeudi de 16h à 17h

STADE DES ESSELIÈRES

Gymnastique : mardi et jeudis matins de 8h30 à 11h30

Pour toutes les activités : INSCRIPTION OBLIGATOIRE

Pour être prise en compte, toute annulation doit être effectuée 48h à l'avance.

Les actus à ne pas manquer !

EXPOSITION #MYTHOLOGIES PAR INANIS

Jusqu'au 31 décembre
Parvis de la Mairie

CONSEIL MUNICIPAL

Jeudi 7 novembre à 19h30 en salle du Conseil municipal

L'ÉCHO FAIT SON CINÉMA : LA CRAVATE

Samedi 9 novembre à 16h
Auditorium Lounès-Matoub

CONSEILS DE QUARTIER

Mardi 12 novembre à 19h à l'Espace André-Maigné
Mercredi 13 novembre à 19h à l'école Benoît-Malon
Jeudi 14 novembre à 19h à l'école Charles-Péguy

CONCERT LE CLASSIQUE C'EST FANTASTIQUE !

Dimanche 17 novembre à 15h30
Auditorium Lounès-Matoub

LUTTE CONTRE LES VIOLENCES FAITES AUX FEMMES

Du samedi 23 au samedi 30 novembre
Dans toute la ville

CONFÉRENCE UNIVERSITÉ POPULAIRE PERMANENTE

Mercredi 27 novembre à 20h
« Le plaisir féminin, pourquoi reste-t-il encore un grand inconnu ? »
Auditorium Lounès-Matoub

CONSEIL MUNICIPAL

Jeudi 28 novembre à 19h30 en salle du Conseil municipal

Décembre

CONSEIL MUNICIPAL

Jeudi 19 décembre à 19h30 en salle du Conseil municipal

REMETTONS LA LAÏCITÉ AU MILIEU DU VILLAGE

Du jeudi 5 au samedi 7 décembre
Dans toute la ville

Prévention

SUR LES ARNAQUES FINANCIÈRES

Téléphone, mail, sites internet et réseaux sociaux... Personne n'est à l'abri des arnaques financières. Les escrocs utilisent des méthodes de plus en plus sophistiquées pour obtenir vos données bancaires et personnelles.

Méfiez-vous des offres trop alléchantes, et vérifiez toujours l'identité de votre interlocuteur, avant de partager des informations personnelles.

En savoir plus sur Assurance Banque Épargne Info Service (abe-infoservice.fr).

L'agenda des séniors

Novembre

**INSCRIPTIONS À PARTIR DU
MERCREDI 30 OCTOBRE 2024**

◆ PARTICIPATION GRATUITE

❄️ LUNDI 4

Prenez soin de vous !

Atelier bien-être pour gérer les tensions
(4 séances : 4, 18, 25 Nov et 2 Déc).
Avec l'association BRAIN UP.

À 14h au Club Antoine-Lacroix

❄️ MARDI 5

Loto gagnant

Un moment convivial autour de notre loto !

À 14h30 au Club Antoine-Lacroix

Participation 3,40 €

❄️ MERCREDI 6 ◆

Boostez vos défenses naturelles !

Atelier nutrition sur 3 mercredis (6, 13, 20 Nov).
Avec l'association BRAIN UP.

À 10h à l'espace Suzanne-Flon

❄️ MERCREDI 6

À vos micros !

Karaoke entre amis.

À 14h30 au Club Antoine-Lacroix

❄️ JEUDI 7

Journée découverte à Melun

Visite du Domaine des Macarons, déjeuner
gourmand et musée de la Gendarmerie.

horaires à confirmer

Participation 30,90 €

❄️ VENDREDI 8

Mémorisez comme un champion !

Atelier mémoire avec Florian Manicardi (7 séances : 8, 15,
22, 29 Nov, 6, 13, 20 Déc). Avec l'association Mémorall.

À 14h à l'espace Suzanne-Flon

❄️ MARDI 12

C'est la fête des crêpes !

Atelier culinaire et dégustation.

À 14h à l'espace Suzanne-Flon

Participation 30 €

❄️ MERCREDI 13

Esprit de Noël

Atelier de décoration pour embellir le club ensemble.

À 14h30 au Club Antoine-Lacroix

❄️ JEUDI 14

Sortie au musée Grévin à Paris

Plongez dans le monde des célébrités.

À 13h30

Participation 3,40 €

❄️ LUNDI 18

Bouquets et créations fleuries

Atelier composition florale.

À 10h au Club Antoine-Lacroix

Participation 3,40 €

❄️ MARDI 19 ◆

Créez votre porte-clés original !

Atelier avec du plastique fou.

À 14h30 au Club Antoine-Lacroix

❄️ MERCREDI 20

L'univers de Jean-Paul Gaultier

Conférence par Artora.

À 15h au Club Antoine-Lacroix

Participation 3,40 €

❄️ MERCREDI 20 ◆

Sortie culturelle à l'Espace Monté Cristo

Expo « Les Mondes Imaginaires ».

À 13h30 au club Lacroix (départ en transport

en commun)

❄️ JEUDI 21

Offrez-vous un instant de détente

Atelier massage.

Au Club Antoine-Lacroix

Participation 3,40 €

❄️ MARDI 26

Amateurs de belote, à vos cartes !

Concours de belote.

À 14h30 au Club Antoine-Lacroix

Participation 3,40 €

❄️ MERCREDI 27

Retour sur le rallye d'octobre/novembre

Partage d'expériences.

À 10h au Club Antoine-Lacroix

❄️ JEUDI 28

Chantez avec nous !

Jeu « N'oubliez pas les paroles ».

À 14h30 au Club Antoine-Lacroix

❄️ VENDREDI 29

« Expo-vente » des créations du club.

Au Club Antoine-Lacroix

Décembre

**INSCRIPTIONS À PARTIR DU
25 NOVEMBRE**

❄️ MARDI 3

Retentez votre chance au loto

À 14h30 au Club Antoine-Lacroix

Participation 3,40 €

❄️ VENDREDI 6

Visite guidée du Musée Curie

À 9h30 (départ en transport en commun).

❄️ LUNDI 9

Moments gourmands

Distribution de corbeille. jusqu'au 13 décembre.

Rdv à 9h30 au club Lacroix

❄️ LUNDI 16

Retour sur les années Beatles

Conférence par Artora.

À 15h au club Lacroix

Participation 3,40 €

❄️ MARDI 17

Bien-être et beauté

Atelier socio-esthétique avec Néosilver
(12 séances à partir du 17 déc).

À 14h à l'espace Suzanne-Flon

❄️ JEUDI 19

Fête du club

Venez célébrer avec nous !

Au Club Antoine-Lacroix

Participation 10,30 €

❄️ VENDREDI 20

Bien manger c'est le début du bonheur !

Atelier nutrition suivie de 6 ateliers les jeudis 9, 16,
23,30 Janvier et 6,13 Février.

À 14h du Club Antoine-Lacroix avec Néosil

❄️ LUNDI 23

Atelier pâtisseries

Préparons ensemble les douceurs pour le goûter de Noël.

À 14h30 à l'espace Suzanne-Flon

❄️ MARDI 24

Goûter intergénérationnel de Noël

Un moment festif avec vos enfants et petits-enfants.

À 14h30 au Club Antoine-Lacroix

❄️ VENDREDI 27

Qui sera le champion ?

Concours de belote.

À 14h30 au Club Antoine-Lacroix

Participation 3,30 €

❄️ LUNDI 30

Atelier pâtisseries

Préparons les gâteaux pour la Saint-Sylvestre.

À 14h30 à l'espace Suzanne-Flon

❄️ MARDI 31

Goûter intergénérationnel de la

Saint-Sylvestre

Célébrons la saint-Sylvestre en famille.

À 14h30 au Club Antoine-Lacroix

**Les inscriptions pour
les activités de janvier
débuteront à partir du
20 décembre**

Club Antoine-Lacroix

84, avenue de Fontainebleau

Tél. 01 46 72 46 09

retraite-pa@ville-kremlin-bicetre.fr

Heures d'ouverture au public

Lundi, mercredi, jeudi, vendredi :

9 h à 12 h 30 et de 13 h 30 à 17 h 30

Mardi : 9 h à 12 h 30

Pour les loisirs et le maintien à domicile :

01 46 72 46 09

Pour la restauration : 01 46 72 99 15

@villekb

kremlinbicetre.fr