

Programme d'activités du Rayon de Soleil Bryard



- JUIN 2026 -

Inscrivez-vous pour participer aux activités

au **01 48 82 12 82** ou par mail à contact@rayondesoleilbryard.fr

ou avec votre compte adhérent uniquement pour les activités gratuites



**L'accueil est assuré les lundis, jeudis et vendredis
de 14h00 à 17h00**

Les mardis de 10h00 à 12h00 et de 14h00 à 17h00



11, avenue Georges Clémenceau 94360 Bry sur Marne

 *Accessible aux personnes à mobilité réduite*

Le Café Lorenz est ouvert du lundi au vendredi de 9h30 à 17h00.





Repas partagé aidants aidés le lundi 01 juin à 12h. *Sur inscription.*

Atelier « Marche et équilibre, synthèse et vision globale de l'équilibre » le lundi 01 juin à 14h. *Tarif : 20€. Sur inscription.*

Remue-méninges le lundi 01 juin et lundi 15 juin à 14h00 ou 16h00.

Le bureau de l'accueil sera fermé le vendredi 05 juin, en raison de la préparation de la fête, merci de votre compréhension.

 **Fête du RSB le samedi 06 juin de 10h30 à 19h.**

Vos familles, voisins et amis sont les bienvenus pour venir passer un agréable moment.    

Vous pouvez encore vous inscrire pour rejoindre notre équipe de bénévoles pour installer et tenir des stands.

Concours de belote le mercredi 10 juin à 13h45. *Tarif : 5€. Sur inscription.*

Repas partagé le vendredi 12 juin à 12h. Partage et convivialité seront au rendez-vous. Boissons, salades, plats salés et desserts... sont les bienvenus. *Sur inscription.*

Le coin des aidants le jeudi 18 juin à partir de 10h.

Conférence « Comprendre ses émotions pour gérer son stress » le vendredi 19 juin à 10h00 animé par ABC Insertion. *Sur inscription. Gratuit.*

Rappel : la piscine est fermée à compter du vendredi 19/06, reprise en septembre.

Commission d'animation le lundi 22 juin à 13h45, bilan de la Fête du RSB. *Sur inscription.*

Anniversaires des mois d'avril, mai et juin le vendredi 26 juin à 14h30. *Tarif: 7€ ou gratuit pour les anniversaires. Sur inscription*

Intervention de la maison de la justice et des droits de Champigny le lundi 29 juin à 14h, animée par un juge des contentieux et d'un notaire. *Sur inscription. Gratuit*

Programme estivale à venir.

JUIN 2026

Jour	Horaire	Activités
Lundi 01 juin	10h00	Cartonnage
	12h00	Repas partagé aidants/aidés
	14h00	Atelier « Marche et équilibre »
	14h00 ou 16h	Remue-méninges
Mardi 02 juin	14h00	Mosaïque G1
Mercredi 03 juin	8h50	Marche (car) Bois Saint Martin
Jeudi 04 juin	14h30	Conversation en espagnol
Vendredi 05 juin, bureau de l'accueil fermé, en raison de la préparation de la fête.		
Samedi 06 juin	10h30	Fête du RSB
Mardi 09 juin	14h00 ou 16h00	Art floral
Mercredi 10 juin	08h50	Marche – Parc du tremblay
	13h45	Concours de Belote
Vendredi 12 juin	12h00	Repas partagé
	14h00	Club photo
Lundi 15 juin	14h00 ou 16h00	Remue-méninges
Mardi 16 juin	14h00	Mosaïque G2
Mercredi 17 juin	8h50	Marche – Tour Haut de Bry
	9h30	Scrapbooking
Jeudi 18 juin	9h00 ou 10h30	Généalogie
	10h00	Le Coin des aidants
	14h30	Conversation en espagnol
Vendredi 19 juin	10h00	Conférence « Comprendre ses émotions pour gérer son stress »
Lundi 22 juin	10h00	Cartonnage
	13h45	Commission d'animation
Mardi 23 juin	14h00	Mosaïque G2
Mercredi 24 juin	8h50	Marche –RER Vincennes Bry
	8h50	Randonnée (lieu à définir)
Vendredi 26 juin	14h00	Club photo
	14h30	Les anniversaires
Lundi 29 juin	10h00	Cartonnage
	14h00	Intervention de la maison de la justice et des droits de Champigny
Mardi 30 juin	14h00	Mosaïque G1 et G2



PLANNING DE VOS ACTIVITÉS ANNUELLES

	Activités	Horaires
Lundi	Gymnastique (<i>gymnase Félix Faure</i>)	10h-11h ou 11h-12h
	Cartonnage	10h-12h
	Conversation en allemand*	15h-16h30
	Duplicate et Tarot*	14h-17h
	Remue-méninges (<i>1 fois/ 15 jours</i>)	14h-15h30 ou 16h-17h
	Club Informatique (<i>1 fois/ 15 jours</i>)	14h30-16h30
	Aquagym (<i>Piscine de Villiers</i>)	16h15-17h
Mardi	Yoga	9h-10h ou 16h15-17h15
	Sortie à Vélo	9h-12h30
	Couture	9h30-12h30 ou 14h-17h
	Pilates	10h15-11h15 ou 11h15-12h15 ou 12h15-13h15
	Mosaïque (<i>1 fois/ mois</i>)	14h-17h
	Bridge*	14h-17h
	Art Floral (<i>1 fois/ mois</i>)	14h-16h ou 16h-18h
	Tai Chi Chuan	14h30-16h
	Conversation en anglais*	15h-16h30
Mercredi	Marche (<i>dont Car 1 fois/ mois</i>)	8h50-12h
	Randonnée (<i>1 fois/ mois</i>)	8h50-17h
	Scrapbooking (<i>1 fois/ mois</i>)	10h-13h
	Gymnastique Douce	10h-11h ou 11h-12h
	Restaurant*	12h-14h
	Tricot / Crochet*	14h-17h
	Belote, Bridge, Rami et Jeux de société*	14h-17h
Jeudi	Feldenkrais	14h-15h ou 15h-16h
	Gymnastique tonique	9h-10h ou 10h-11h
	Généalogie (<i>1 fois/ mois</i>)	9h-10h30 ou 10h30-12h
	Aquagym (<i>Piscine de Villiers</i>)	11h45-12h30 ou 12h30-13h15
	Arts plastiques et Peinture	14h-16h30
	Duplicate*	14h-17h
	Initiation à l'informatique (<i>5 séances puis 1 fois/ 15 jours</i>)	14h30-16h
Conversation en espagnol* (<i>1 fois/ 15 jours</i>)	14h30-16h	
Vendredi	Tai Chi Chuan	9h-10h30 ou 10h30-12h
	Tarot, Rami et Scrabble*	14h-17h
	Club photo (<i>1 fois/ 15 jours</i>)	14h-17h
	Danse en ligne	14h-15h15 ou 15h30-16h45