



*Club*  
**LA CARÈNE**  
À PUTEAUX  
pour les filles du CM1 à la Terminale  
[www.lacarene.org](http://www.lacarene.org)





# Sommaire



## PRÉSENTATION ET ACTIVITÉS

Présentation du Club .....	1-2
Niveau 1 (CM1-CM2) .....	3
Niveau 2 (6ème-5ème) .....	3
Niveau 3 (4ème-3ème) .....	3
Lycéennes .....	5

## LES WEEK-ENDS ET SÉJOURS

Séjours collégiennes .....	4
Séjours lycéennes .....	6

# Le Club La Carène c'est ...

## S'AMUSER

Des activités de loisirs variées adaptées à chaque âge: couture, pâtisserie, ateliers créatifs, sport et culture.

## ÉTUDIER

Avant chaque activité, un moment d'étude est prévu ainsi que des week-ends ou séjours d'étude, tout au long de l'année.



## SE DONNER

Visite à des personnes âgées une fois par mois pour développer le sens du don de soi et de la solidarité.

## SE CONSTRUIRE

Le tutorat : suivi personnalisé confié à une monitrice du Club. Une aide pour mieux se connaître et grandir dans la foi.



## RENFORCER SA FOI

Des temps de prière et de formation chrétienne.

Une association "Jeunesse Education Loisirs" (AJEL), créée et gérée par des parents.

Une formation chrétienne confiée à l'Opus Dei, institution de l'Eglise catholique fondée en 1928 par Saint Josemaria. Sa mission est d'aider chacun à trouver le Christ dans la vie ordinaire, dans le travail, la vie de famille et dans toutes les autres activités.

**Les activités spirituelles proposées au Club sont:**

- Des **causeries**, bref exposé sur un sujet (amitié, loyauté, travail bien fait, esprit de service, pauvreté, confession, ...)
- Des **méditations** prêchées par l'aumônier dans la chapelle du Club qui aident chacune à faire grandir son amitié avec le Christ.
- Des cours de **catéchisme**.

Pour en savoir plus: [www.opusdei.fr](http://www.opusdei.fr)



# Les NIVEAUX



1	CM1-CM2	Les mercredis de 15h30 à 18h00
2	6ÈME-5ÈME	
3	4ÈME-3ÈME	



## Activités

**Ateliers:** cuisine, couture, activités manuelles, chorale, montages vidéos.

**Sorties:** patinoire, visites culturelles, sport.

**Solidarité:** visite à des personnes âgées, course pour Harambee (projet pour l'Afrique).

**Etude:** encadrée; soutien scolaire possible.

**Concours:** participation à des concours interclubs (mode, écriture, tuto cuisine, jeux olympiques), court métrage.

**Le plus:** Possibilité de fêter son anniversaire au club en invitant ses amies.



Chaque mercredi et samedi, est prévu un goûter.

# Les SÉJOURS

**Toussaint**  
**séjour interclubs**  
pour collégiennes  
17 au 22 octobre

Plusieurs clubs de France se réunissent pour: des jeux olympiques, un clip musical, concours Le Guerly, une journée mode.



**Avril**  
du 19 au 24 avril  
à Dosnon (Aisne)

Forme une équipe et viens gagner trois étoiles au Michelin autour du thème "une soirée presque parfaite".



**Les week-ends**  
**du club**

### **Etude**

Bénéficie de l'aide de professeurs dans différentes matières, de cours de méthodologie pour organiser ton travail.

### **Concours**

Profiter d'un week-end pour préparer les concours interclubs.

### **Retraite spirituelle**

Faire une pause et recentrer sa vie sur Dieu le temps d'un week-end: c'est possible !



**Seconde  
Première  
Terminale**

**Samedi \***  
16h00-18h00

*\*quelques activités extras auront lieu le vendredi soir.*



## Activités

### Projets phares:

Concours d'écriture de nouvelles

Concours national de court métrage "je filme le métier qui me plaît"

**Soirées:** Film-débats, Paris by night, intervenants variés.

**Ateliers:** Participation aux concours interclubs comme "Le Guerly"(réalisation d'un tuto cuisine).

**Solidarité:** "Visites à des personnes âgées du quartier et animation d'ateliers pour personnes atteintes d'Alzheimer, aide monitrice pour les activités des mercredis après-midi.

Chaque samedi est prévu un moment de formation chrétienne.

### Etude

La salle d'étude est accessible tous les jours de la semaine de 10h à 19h.



Les  
**SÉJOURS**

**LES SÉJOURS**

**"Une soirée presque parfaite"**  
l'art de recevoir

**du 19 au 24 avril 2021**  
pour secondes et premières.

**Été solidaire**  
encadrer et animer des activités pour des enfants  
atteints de trisomie 21 ou personnes démunies.

**du 3 au 10 juillet 2021**



**LES WEEK-ENDS**

**Week-end préparation des concours interclubs**

Participation au concours de tuto de cuisine "Le Guerly",  
concours d'écriture, court métrage.

**Week-end étude**

Révisions dans un environnement idéal  
à l'Ecole du **Service à la Personne**  
(La Garenne-Colombes) ou à  
Couvrelles (dans l'Aisne).

**Coup de**   
**Week-end spirituel**

Retraites spirituelles à Couvrelles.  
Faire une pause et recentrer sa vie sur Dieu le temps  
d'un week-end: c'est possible !



*Nous*  
**JOINDRE**

147, rue de la République  
92800 Puteaux

**T** **2** Puteaux

**M** **1** La Défense- Grande Arche (15min à pied)

**BUS** 93, 141, 144, 157, 158

**Transilien** ligne L et ligne U

Courriel : [clublacarene@gmail.com](mailto:clublacarene@gmail.com)

Site : [www.lacarene.org](http://www.lacarene.org)

Tel : 06 89 63 89 79



"clublacarene"