

## ANIMATION DU MOIS DE JANVIER 2019

	Vendredi 4 janvier Club Vellefaux	14h00	Grand Karaoké
	Lundi 7 janvier Club Tour des Dames	10h00	Réunion de présentation atelier « équilibre en mouvement »
	Jeudi 10 janvier Club Maréchaux	14h30	Atelier d'écriture sur le thème « Histoire de tradition » et ses 10 mots
	Vendredi 11 janvier Club Maréchaux	14h00	Grand Karaoké
	Lundi 14 janvier Club Grange aux Belles	15h00	La compagnie de théâtre « Cerf volant » présente la pièce « L'aide mémoire »
	Lundi 14 janvier Club Maréchaux	14h00	Séance de jeux théâtraux et d'improvisation avec Julien
	Mardi 15 janvier Club Maréchaux	10h00	Début de l'exposition photo « Paris insolite » à la bibliothèque Chaptal
	Vendredi 18 janvier Club Maréchaux	14h00	Atelier de sensibilisation au numérique animé par Agir ABCD
	Mardi 22 janvier Club Maréchaux	10h30	Réunion de présentation atelier « équilibre en mouvement »
	Mardi 22 janvier Club Maréchaux	14h30	Les Maréchanteurs chanteront au club St Eloi (10, rue Eugénie Eboué Paris 12 <sup>e</sup> )

### Du mardi 15 janvier au samedi 9 mars 2019

L'atelier photo du club Maréchaux expose du mardi 15 janvier 2019 au samedi 9 mars 2019 sur le thème « **Paris insolite** » à la bibliothèque Chaptal 26 rue Chaptal Paris 75009



Je passe  
à l'action !

Tout le monde peut proposer ses talents et son expérience aux clubs. S'engager permet de lever le pied en douceur, de valoriser son savoir-faire et de mettre en pratique ses convictions. N'hésitez pas à contacter vos animateurs pour plus d'informations.



## Club infos

Journal des activités des clubs du Centre d'action sociale  
Paris 9<sup>e</sup> et Paris 10<sup>e</sup>



9<sup>e</sup>

### Club Les Maréchaux

15, rue Richer  
Tél. 01 48 24 02 44  
Bus 26, 32, 43, 48, 67, 74, 85  
M° Cadet, Grands Boulevards

### Club la Tour des Dames

8-12, rue de la Tour des Dames  
Tél. 01 48 74 75 10  
Bus 26, 32, 43, 81, 68  
M° Trinité-d'Estienne d'Orves

10<sup>e</sup>

### Club Grange aux Belles

11, rue Boy Zelenski  
Tél. 01 44 84 91 34  
Bus 46, 75  
M° Colonel Fabien

### Club Robert Blache

4-6 rue Robert Blache  
Tél. 01 40 34 14 76  
Bus 30, 31, 39, 46, 47, 56, 65  
M° Gare de l'Est

### Club Vellefaux

66, avenue Claude Vellefaux  
Tél. 01 53 38 55 39  
Bus 46, 75  
M° Colonel Fabien

Bonne Année 2019

## activités artistiques

- CHORALE :** **MARECHAUX** mardi 14 h 00 à 16 h 00  
**TOUR DES DAMES** lundi 14 h 00 à 16 h 00  
**ROBERT BLACHE** mercredi 14 h 00 à 15 h 30
- PEINTURE :** **GRANGE AUX BELLES** tous les jours (Tous types)  
**MARECHAUX** mercredi de 13 h 30 à 17 h 30 (Acrylique)  
**ROBERT BLACHE** lundi de 09 h 30 à 12 h 30 (Aquarelle)  
**TOUR DES DAMES** vendredi de 14 h 00 à 17 h 00 (Aquarelle)
- CINEMA\* :** **MARECHAUX** mardi de 10 h 00 à 12 h 00 (**NOUVEAU**) sur inscription  
**GRANGE AUX BELLES** mardi de 14 h 30 à 16 h 30 (**NOUVEAU**) sur inscription
- THEATRE :** **MARECHAUX** lundi 14 h 00 à 16 h 00
- MODELAGE :** **GRANGE AUX BELLES** mardi et vendredi de 09 h 30 à 13 h 00
- LINOGRAVURE :** **GRANGE AUX BELLES** mercredi de 14 h 00 à 17 h 00

\*Venez créer un film en équipe : de la création du scénario, à la prise de vue, au montage.

## activités physiques

- DANSE SUR CHAISES :** **MARECHAUX** lundi 11 h 00 à 12 h 00
- DANSE DU MONDE :** **TOUR DES DAMES** mardi 16 h 00 à 17 h 00
- PING-PONG :** **GRANGE AUX BELLES** lundi et vendredi de 09 h 30 à 12 h 00
- INAWA\* :** **ROBERT BLACHE** lundi et vendredi de 09 h 30 à 11 h 30
- DANSE EN LIGNE :** **GRANGE AUX BELLES** jeudi 09 h 30 à 12 h 00  
**VELLEFAUX** lundi et vendredi 09 h 30 à 11 h 30
- GYMNASTIQUE :** **TOUR DES DAMES** mardi et jeudi de 10 h 00 à 12 h 00  
**GRANGE AUX BELLES** mardi et jeudi de 14 h 00 à 16 h 30
- QI GONG :** **MARECHAUX** vendredi de 10 h 30 à 11 h 30
- PILATES :** **VELLEFAUX** lundi de 14 h 00 à 16 h 30

\*Les ateliers INAWA sont des séances de stimulation à la marche à l'aide de vélos.

## activités culturelles

- ÉCRITURE :** **MARECHAUX** jeudi de 14 h 30 à 16 h 30  
**ROBERT BLACHE** jeudi de 09 h 30 à 12 h 00
- POESIE :** **ROBERT BLACHE** lundi de 14 h 00 à 16 h 45

## activités prévention & santé

- ÉQUILIBRE EN MOUVEMENT :** **TOUR DES DAMES** à partir du 7 janvier à 10 h 00 (sur inscription)  
**VELLEFAUX** jeudi de 10 h 00 à 11 h 00  
**GRANGE AUX BELLES** lundi de 10 h 00 à 11 h 00  
**MARECHAUX** à partir du 22 janvier à 10 h 30 (sur inscription)
- MEMOIRE :** **MARECHAUX** à partir du 13 février à 10 h 00 (sur inscription)  
**ROBERT BLACHE** à partir du 14 février à 10 h 00 (sur inscription)
- SOPHROLOGIE :** **ROBERT BLACHE** mardi de 10 h 00 à 11 h 00  
**MARECHAUX** jeudi de 10 h 00 à 11 h 00  
**GRANGE AUX BELLES** mercredi de 10 h 00 à 11 h 00  
**TOUR DES DAMES** mardi de 14 h 00 à 15 h 00 (**PLACES DISPONIBLES**)  
vendredi de 10 h 30 à 11 h 30

Pour tous renseignements, contactez les clubs dans lesquels sont organisés les différents ateliers.

## activités manuelles

- MOSAÏQUE :** **MARECHAUX** lundi de 13 h 30 à 17 h 30  
**GRANGE AUX BELLES** mercredi 14 h 00 à 17 h 30
- ATELIER DECO :** **VELLEFAUX** vendredi de 13 h 30 à 16 h 00 (**NOUVEAU**)
- CREATION DE BIJOUX :** **TOUR DES DAMES** mercredi de 13 h 30 à 17 h 30
- COUTURE :** **VELLEFAUX** mardi de 13 h 30 à 16 h 00
- TRICOT SOLIDAIRE\* :** **MARECHAUX** vendredi 13 h 30 à 17 h 30  
**GRANGE AUX BELLES** lundi 14 h 00 à 17 h 00

\* Venez tricoter solidaire au club Maréchaux et au club de la Grange aux Belles des écharpes et des bonnets pour le plan d'urgence hivernal 2018 / 2019.

## activités multimédia

- COURS INTERNET :** **MARECHAUX** tous les matins (sur rdv)  
**GRANGE AUX BELLES** tous les mardis (sur rdv)
- STAGE INFORMATIQUE :** **TOUR DES DAMES** à venir
- PHOTO NUMERIQUE :** **MARECHAUX** jeudi 13 h 30 à 17 h 30
- AIDE PERSO MULTIMEDIA :** **VELLEFAUX** mercredi matin (sur rdv)

## animations

- BAL :** **VELLEFAUX** mercredi de 14 h 00 à 16 h 30  
**GRANGE AUX BELLES** lundi de 14 h 00 à 16 h 30

Loto, karaoké, conférence, billard, jeux de sociétés :

Toutes ces activités sont régulièrement organisées. Vous trouverez les dates dans le programme mensuel des clubs du 9<sup>e</sup> et 10<sup>e</sup>.