

CLUB	Date	Horaire	Thème
M. Chevalier	Les lundis 5, 19 et 26	13h30	 Balades avec Christine : « autour de Montsouris » , « Ile St Denis » et « Pereire » (sur inscription)
Davout	Les mardis 6 et 20	14h30	 Ciné club : Comédies : « Case départ » avec F. Eboué et « Walter » avec A. Ivanov
Ménilmontant	Les mercredis 7, 14, 21 et 28	14h30	 Danses intergénérationnelles avec des chorégraphes (sur inscription)
Davout	Mardi 13	13h30	 Art thérapie autour des animaux et de la médiation à la maison de l'animal (sur inscription)
M. Chevalier	Les jeudi 15 et 22	14h30	 Ciné-club : Comédies: « Jean-Philippe » avec Johnny et « La finale » avec T. Lhermitte (sur inscription)
Mortier	Vendredi 16	14h	 Bal animé avec Play up (sur inscription)
St Blaise	Vendredi 16	14h30	 Création d'un parfum (sur inscription)
Ménilmontant	Vendredi 16	14h30	 Initiation à la danse avec Olivier (sur inscription)
Davout	Lundi 19	13h30	 Intergénération : jeux ludiques lettres et sons
St Blaise	Mardi 20	10h	 Sensibilisation & Prévention animés par la police municipale "DPMP" (sur inscription)
M. Chevalier	Mardi 20	14h30	 Quiz sur « Les clés d'une bonne nutrition » proposé par l'association Saveur et Vie. (sur inscription)
Ménilmontant	Vendredi 23	14h30	 Composition florale en papier mâché avec Yolanta (sur inscription)
Dénoyez	Vendredi 23	14h30	 Thé dansant animé par Play up (sur inscription)
Mairie du 20 ^e	Mardi 27	14h	 Bal séniors à la Mairie du 20 ^e (sur inscription)
M. Chevalier	Mardi 27	14h30	 Quizz de culture générale (sur inscription)
St Blaise	Vendredi 30	14h30	 Composition florale avec Yolanta (sur inscription)

Modalités d'inscription

Les clubs sont ouverts aux parisien.nes, préretraité.es et retraité.es à partir de 55 ans, ou en situation de handicap, du lundi au vendredi Inscriptions et renseignements dans chaque club. La carte d'adhérent est remise gratuitement : prévoir 2 photos, 1 justificatif de domicile, 1 justificatif de retraite, 1 certificat médical (pour les activités sportives) et 1 pièce d'identité. La carte doit être présentée sur simple demande du personnel de la Direction des Solidarités.



Programme
des clubs séniors



Se divertir | Apprendre | Se rencontrer

Activités physiques



sur inscription

CLUBS	Jours et horaires
Bouge tes jambes	M. Chevalier Jeudi 10h-12h
Danse country	Ménilmontant Lundi 10h30/Jeudi 11h15
Ping-pong	Davout Mercredi 14h-17h
Sport en plein air	St Blaise Ménilmontant Vendredi 14h30-16h30 Jeudi 14h30-16h30
Tango	Dénoyez Vendredi 14h-17h
Tango, milonga	St Blaise Lundi 10h-12h / Mercredi 10h-11h
Valse, Paso, Tango	Davout Jeudi 10h-12h

Activités multimédia



CLUBS	Jours et horaires
Accès aux ordinateurs	Saint-Blaise Mardi 10h-12h / 13h30-17h Vendredi 10h-12h / 13h30-17h
Bien sur internet	Ménilmontant Mercredi 10h-12h (dès le 21 mai)
Conseil numérique	Mortier Mardi & vendredi 10h-13h / 14h-17h (sur RDV)

Activités culturelles



CLUBS	Jours et horaires
Allemand	Dénoyez Vendredi 10h-11h30
Allemand	Ménilmontant Lundi 14h-16h / Jeudi & vendredi 14h30-15h30
Anglais	Dénoyez Lundi 10h-12h
Anglais	Saint-Blaise Mercredi 14h-16h (avancé)
Chant	Ménilmontant Mardi 14h-17h
Chorale	Davout Vendredi 14h30-17h
Chorale	Dénoyez Mardi 14h30-17h
Espagnol	Dénoyez Mercredi 13h15-17h
Espagnol	Saint-Blaise Mardi 10h-11h (débutant) & 11h-12h (initié) Mercredi 11h-12h (avancé)
Karaoké	Dénoyez Lundi 14h-17h
Musique & chant	Mortier Mardi 10h30-12h
Théâtre	M. Chevalier Mardi 10h-12h

Jeux de société



CLUBS	Jours et horaires
Cartes / Scrabble	Ménilmontant Lundi, mercredi, jeudi 10h-12h
Jeux de société/scrabble	Dénoyez Mercredi, jeudi 13h30-17h
Rami-belote	Davout Lundi, mercredi, vendredi 13h30-17h
Scrabble	Davout Lundi au vendredi 13h30-17h
Scrabble/Tarot	Mortier Lundi au jeudi 13h30-17h
Scrabble	Saint-Blaise Lundi au vendredi 13h30-17h
Tarot	M. Chevalier Lundi au vendredi 14h-17h
Tarot	Saint-Blaise Mardi, jeudi 13h30-17h

Activités prévention santé



sur inscription

CLUBS	Jours et horaires
Equilibre en mouvement	Davout Mercredi 10h-11h
Escrime	St Blaise Vendredi 16 & 23 mai
Pétanque	Ménilmontant St Blaise Mercredi 13h30-17h (46, rue Télégraphe) Jeudi 13h30-17h (5, rue du Dr Déjérine)
Tennis	Ménilmontant Lundi 16h-17h, mardi 15h-16h, vendredi 14h-15h
Yoga	M. Chevalier Lundi 10h-12h (dès le 05/05)

Activités manuelles



sur inscription

CLUBS	Jours et horaires
Loisirs décoratifs	Dénoyez Mardi 10h30-11h30 Vendredi 13h30-17h
Modelage	Mortier Mercredi 9h30-12h
Peinture aquarelle	Dénoyez Lundi 10h-12h et jeudi 13h30-17h
Peinture et Quilling	Ménilmontant Mardi 14h-16h30
Vannerie	M. Chevalier Lundi 14h-17h

Club Davout

39, boulevard Davout
(Interphone, puis au fond de la cour à gauche)
Tél 01 43 56 04 44
Dsol-Clubs-Paris20@paris.fr
Métro Porte de Vincennes ou Porte de Montreuil



Club Dénoyez

13-15, rue Dénoyez
Tél 01 46 36 63 59
Dsol-Clubs-Paris20@paris.fr
Métro Belleville



Club Maurice Chevalier

14, rue des Tourelles
(Dans la cour à droite après le porche)
Tél 01 40 31 62 28
Dsol-Clubs-Paris20@paris.fr
Métro et Tramway T3b Porte des Lilas



Club Ménilmontant

33, rue Hélène Jakubowicz
Tél 01 43 66 23 50
Dsol-Clubs-Paris20@paris.fr
Bus 26, 96
Métro Pelleport



Club Mortier

75, boulevard Mortier
Tél 01 43 61 09 29
Dsol-Clubs-Paris20@paris.fr
Tramway T3b Séverine ou A.Bolland



Club Saint-Blaise

2-4, rue du Clos
Tél 01 43 70 42 37
Dsol-Clubs-Paris20@paris.fr
Bus 26, 64
Métro Maraichers
Tramway T3b Mairie de Montreuil ou Porte de Montreuil

