

















| CLUB | Date | Horaire | Thème |
|--------------------------|-------------|---------|---|
| Des Bois | Mardi 4 | 10h30 |  Dictée |
| Flandre | Mercredi 5 | 14h |  Loto |
| Bois | Mardi 6 | 14h30 |  Zumba |
| Chaufourniers | Vendredi 7 | 14h |  Sortie : découverte des bâtiments Haussmanniens. |
| Chaufourniers | Vendredi 7 | 14h |  Parcours en 4 séances « Mon espace santé » |
| Flandre | Mercredi 12 | 14h |  Bal animé par Alain Aguilar |
| Des Bois | Jeudi 13 | 14h30 |  Grand bal animé par Patrick Delacourt |
| Clubs du 19 ^e | Vendredi 14 | 9h30 |  Tournois interclub de Ping-Pong toute la journée. Halle Georges Carpentier 13 ^e |
| Quai de Seine | Mardi 18 | 14h15 |  Atelier chansons françaises avec Caroline FERRY |
| Flandre | Mercredi 19 | 14h |  Rencontre intergénérationnel avec le centre de Loisirs Colette Magny |
| Des Bois | Jeudi 20 | 14h30 |  Interclub au club Mouffetard: Chorale la Chanterie des Bois |
| Chaufourniers | Mardi 25 | 15h |  Sortie à la Tour Eiffel |
| Flandre | Mercredi 26 | 14h |  Tournois de belote |
| Des Bois | Jeudi 27 | 14h30 |  Interclub au club Bois avec le club Mortier Présentation de la danse en ligne avec Monique |

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 | | |
| Danse en ligne | Chaufourniers | Mardi 10h-12h15 | | |
| Danse en ligne | Quai de Seine | Mardi 10h-12h | | |
| Pétanque | Flandre | Mardi, Jeudi & vendredi 10h-12h | | |
| Remise en forme/zumba | Chaufourniers | Mardi 14h-15h 1mardi sur 2 | | nouveau |
| Ping-pong | Bois | Mardi 14h-17h & vendredi 10h-12h | | |
| Qi gong | Bois | Mardi 10h30-11h30 | | |
| Vélo intérieur | Bois | Mardi, Mercredi & jeudi 10h-12h | | |
| Cosmo danse | Chaufourniers | Jeudi 10h-12h | | |
| Ping-Pong | Flandre | Mercredi, Jeudi 10h-12h | | |
| Tai Chi | Quai de Seine | Mercredi 10h-12h | | |
| Qi gong | Chaufourniers | Vendredi 10h-11h | | |
| Qi gong | Flandre | Vendredi 14h-17h | | |
| Qi gong | Quai de Seine | Vendredi 10h30-11h30 | | |

| Activités multimédia | | |  | sur inscription |
|-------------------------|---------------|-----------------------|---|-----------------|
| CLUBS | | Jours et horaires | | |
| Accès libre sur PC | Flandre | Du lundi au vendredi | | |
| Initiation informatique | Chaufourniers | Vendredi 15h30- 16h30 | | nouveau |

| Activités culturelles | | |  | sur inscription |
|-----------------------|---------------|------------------------------|---|-----------------|
| CLUBS | | Jours et horaires | | |
| Théâtre | Chaufourniers | Lundi 14h-17h | | |
| Espagnol | Quai de Seine | Mardi 10h-12h | | |
| Anglais | Quai de Seine | Mardi 14h-17h | | |
| Chant | Flandre | Mardi 10h-11h30 | | |
| Anglais | Bois | Lundi & mercredi 14h30-16h30 | | |
| Anglais | Chaufourniers | Mercredi 11h30-12h30 | | |
| Français | Quai de Seine | Jeudi 10h-12h | | |
| Chant | Chaufourniers | Jeudi 14h-17h | | |
| Anglais (confirmé) | Flandre | Jeudi 10h30-12h | | nouveau |
| Cours d'Italien | Chaufourniers | Vendredi 14h-16h | | |
| Chant | Bois | Vendredi 14h-16h30 | | |

| Jeux de société | | |  | sur inscription |
|-------------------|---------------|---|---|-----------------|
| CLUBS | | Jours et horaires | | |
| Cartes & scrabble | Quai de Seine | Lundi, mercredi jeudi et vendredi 14h-17h | | |
| Jeu de cartes | Bois | Mercredi 14h-17h | | |
| Jeux ludiques | Flandre | Vendredi 10h30-12h | | |

| Activités prévention santé | | |  | sur inscription |
|----------------------------|---------------|---------------------|---|-----------------|
| CLUBS | | Jours et horaires | | |
| Jeu de mémoire | Chaufourniers | Jeudi 10h-12h | | |
| Détente | Bois | Mercredi 10h-12h | | |
| remue-méninges | Quai de Seine | Vendredi 14h- 15h30 | | nouveau |

| Activités manuelles | | |  | sur inscription |
|---------------------|---------------|---------------------------------|---|-----------------|
| CLUBS | | Jours et horaires | | |
| Peinture | Bois | Lundi 14h-17h30 | | |
| Peinture sur soie | Flandre | Lundi 14h-17h | | |
| Atelier bijoux | Flandre | Lundi & mercredi 14h-17h | | |
| Gravure sur verre | Flandre | Lundi 14h-17h | | |
| Quiling | Chaufourniers | Lundi 14h30-17h30 | | |
| Sculpture | Chaufourniers | Lundi & mardi 10h-12h & 14h-17h | | |
| Mandala | Quai de Seine | Lundi 14h-16h | | |
| Modelage | Flandre | Mardi & jeudi 14h-17h | | |
| Mosaïque | Flandre | Mardi & jeudi 14h-17h | | |
| Mandalas | Bois | Mardi, mercredi 10h-12h | | |
| Peinture sur soie | Chaufourniers | Mercredi 14h-17h | | |
| Carte 3D | Flandre | Mercredi 10h15-11h45 | | |
| Dessin | Flandre | Mercredi 14h-17h | | |
| Mosaïque | Bois | Mercredi 14h-16h30 | | |
| Loisirs créatifs | Chaufourniers | Jeudi 14h-17h | | |
| Peinture | Quai de Seine | Jeudi 14h-17h30 | | |
| Bijoux | Bois | Jeudi 10h-12h | | |
| Peinture sur soie | Bois | Vendredi 10h-12h | | |
| Patchwork | Bois | Lundi, Vendredi 14h-17h | | |
| Tricot | Flandre | Vendredi 14h-17h | | |

Club Chauffourniers
2, allée Georges Récipon
(entrée au niveau du 18, rue de Meaux)
Tél 01 42 03 53 71
Dsol-Clubs-Paris19@paris.fr
Métro 2 : Colonel Fabien
Bus 75

Club des Bois
10/12, rue des Bois
Tél 01 42 40 40 44
Dsol-Clubs-Paris19@paris.fr
Métro 11 & 7 bis : Place des fêtes
Bus 48, 60

Club Flandre
142 bis, avenue de Flandre
Tél 06 02 17 54 16
Dsol-Clubs-Paris19@paris.fr
Métro 7 : Corentin Cariou
Bus 60, 71

Club Quai de Seine
55, Quai de Seine
Tél 01 46 07 30 42
Dsol-Clubs-Paris19@paris.fr
Métro 7 : Riquet, Stalingrad
Bus 54