

CLUB	Date	Horaire		Thème
Desnouettes	Mardi 2	14h30		Atelier déco de Noël
Quintinie	Mercredi 3	14h30		Jeu du Ravioli
Quintinie	Vendredi 5	14h30		Bal avec François
Desnouettes	Vendredi 5	14h30		Conférence sur Michel Ange partie 2
Desnouettes	Lundi 8	14h30		Atelier floral spécial Noël
Périchaux	Mardi 9	14h		Conférence et Quiz par la police sur les dangers de la voirie
Quintinie	Mercredi 10	14h30		Atelier « l'art du parfumeur »
Quintinie	vendredi 12	14h30		Atelier numérique Conviviali'Thé avec Kocoya
Desnouettes	Vendredi 12	14h30		Bal de fin d'année
Desnouettes	Mardi 16	14h30		Karaoké
interclubs	Mardi 16	14h30		Sortie au marché de Noël de Notre Dame
Périchaux	Mercredi 17	14h30		Bal de fin d'année
Quintinie	Mercredi 17	14h30		Loto de Noël
Oscar Roty	Jeudi 18	14h30		Spectacle musical avec Jeff
Oscar Roty	Vendredi 19	14h30		Défilé « L'élégance et la richesse des origines
Quintinie	Vendredi 19	14h30		Atelier intergénérationnel avec Lily School spécial fin d'année
Desnouettes	Vendredi 19	14h30		Club de Lecture
Desnouettes	Vendredi 19	14h30		Concert philharmonique du Grand Paris
Quintinie	Mardi 23	14h30		Goûter de Noël
Desnouettes	Mercredi 24	14h30		Cinéma « Haute société »
Quintinie	Vendredi 26	14h30		« Film de Noël »
Quintinie	Mercredi 31	14h30		Cinéma « MACAO » avec R. Mitchum et Jane Russel

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
Geste et posture	Oscar Roty	10h30-12h
Gym APA	Oscar Roty	Mercredi 14h30-16h45
Danse	Quintinie	Mardi 10h30-12h
Danse	Desnouettes	Mardi 15h-16h
Gym douce	Desnouettes	Lundi 9h20-12h15
Gym douce	Périchaux	Mardi 10h30-11h30 Jeudi 14h30-16h30
Relaxation	Quintinie	Lundi 10h30-12h30
Qi Gong	Desnouettes	Mercredi 10h-12h

Jeux de société



sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Scrabble et Rumikub	Quintinie	Lundi, mercredi et jeudi 14h30
Scrabble	Oscar Roty	Lundi 14h30-17h Mardi 15h30-17h
Tarot – scrabble-bridge	Desnouettes	Mercredi 14h30-17h
Scrabble	Périchaux	Mercredi 14h30-17h

Activités prévention santé



sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Atelier mémoire	Quintinie	Mercredi à 10h30 et Jeudi à 10h
Atelier mémoire	Desnouettes	Jeudi 10h-12h
Atelier mémoire	Périchaux	mardis 14h30
Atelier mémoire	Oscar Roty	Mardi 14h-15h Vendredi 14h-16h
Atelier d'écriture	Périchaux	2 premiers mercredi 10h-12h
Atelier d'écriture	Desnouettes	Lundi 14h-16h
Méditation	Quintinie	Vendredi 11h-12h
Relaxtion	Oscar Roty	Vendredi 10h30-12h

Activités manuelles



sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Mosaïque	Périchaux	2 x Vendredi 10h30-11h30
Dessin/Peinture	Oscar Roty	Jeudi 10h-13h
Dessin/Peinture	Quintinie	Mardi 14h-17h
Dessin/Peinture	Périchaux	Lundi 14h-17h
Dessin/Peinture	Desnouettes	Mardi 10h-12h30
Atelier créatif	Desnouettes	Lundi 14h30-17h
Atelier manuel (libre)	Périchaux	Jeudi 14h-17h30
Atelier Patchwork	Desnouettes	Jeudi 14h – 17h
Atelier Tricot	Oscar Roty	Jeudi 14h30-17h

Activités multimédia



sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Atelier numérique	Quintinie	1 Vendredi par mois 14h-17h
SOS téléphone	Desnouettes	Vendredi 10h-12h

Activités culturelles



sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Revue de presse	Périchaux	2 derniers mardis du mois 14h30
Chorale / Chant	Quintinie	Jeudi 14h-15h30
Chorale / Chant	Périchaux	Vendredi 14h-17h30
Théâtre	Quintinie	Mardi 14h30-16h30
Théâtre	Périchaux	Lundi 11h-12h15
Conférence	Desnouettes	Vendredi 14h30-16h
Chorale/Chant	Oscar Roty	Vendredi 10h30-12h

Club Quintinie

18, rue Bague
Tél 01 53 69 94 76

Dsol-Clubs-Paris15@paris.fr

Bus : 39, 70, 80, 88, 89, 95

Métro : 12 Volontaires

Club Desnouettes

16, rue du Clos Feuquières
Tél 01 45 33 42 56

Dsol-Clubs-Paris15@paris.fr

Bus 39, 62, 80

Métro : 12 Convention

Club Oscar Roty

107, rue de Lourmel
Tél 01 45 54 86 93

Dsol-Clubs-Paris15@paris.fr

Bus 42, 62, 70

Métro : 8 Boucicaut

Tram : T3A

Club Périchaux

115-117, bd Lefebvre
Tél 01, 45, 31, 82, 43

Dsol-Clubs-Paris15@paris.fr

Métro : 12 Porte de Versailles

Tram : T3A