

CLUB	Date	Horaire	Thème
Quintinie	Vendredi 2	14h30	Sortie au musée Rodin
Périchaux	Mardi 6	14h30	« Bien sur internet » avec Kocoya
Desnouettes	Mercredi 7	14h30	Escape Game interG et interclubs
Périchaux	Mercredi 7	14h30	Rencontre interG autour de l'écriture
Périchaux	Jeudi 8	14h30	Randonnée au parc André Citroën
Quintinie	Vendredi 9	14h30	Atelier Num'Eric
Quintinie	Mercredi 14	14h30	Conférence sur Georges Brassens
Oscar Roty	Jeudi 15	14h30	Thé-Café-Philo « Peut-on donner un sens à nos regrets et nos nostalgies? »
Périchaux	Jeudi 15	14h30	Bal de rentrée
Oscar Roty	Vendredi 16	14h30	Karaoké
Quintinie	Vendredi 16	14h30	Thé dansant
Desnouettes	Vendredi 16	14h30	Atelier du parfumeur
Périchaux	Mardi 20	14h30	Karaoké thème : chantez dans toutes les langues
Quintinie	Mercredi 21	14h30	Massage Bien-être
Desnouettes	Vendredi 23	14h30	Conférence sur Vincent VAN GOGH
Quintinie	Vendredi 23	14h30	Balade enchantée
Périchaux	Mercredi 28	14h30	Ciné Club
Quintinie	Mercredi 28	14h30	« Jeu du Ravioli » interG Blomet
Périchaux	Jeudi 29	14h30	Randonnée sportive interG
Quintinie	Vendredi 30	14h30	« Alors on danse »
Oscar Roty	Vendredi 30	14h30	Atelier Bougie

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



Autonomie

Se divertir | Apprendre | Se rencontrer

Activités physiques



sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Geste et posture	Oscar Roty	mercredi 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 10h00-11h00 Jeudi 14h30-16h30
Relaxation	Quintinie	Lundi 10h30-12h30
Gym douce	Desnouettes	Vendredi 11h-12h
Tennis de table	Oscar Roty	Jeudi 14h30

Activités multimédia



sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Atelier num'Eric	Quintinie	1 Vendredi par mois 14h-17h
Atelier numérique	Périchaux	Mardi 14h30 (10 séances)

Activités culturelles



sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Revue de presse	Périchaux	2 derniers mardis du mois 14h30
Chorale / Chant	Quintinie	Jeudi 14h30-15h45
Chorale / Chant	Périchaux	Vendredi 14h-17h30
Théâtre	Quintinie	Mardi 14h30-16h30
Théâtre	Périchaux	Lundi 11h-12h15
Conférence	Desnouettes	Vendredi 14h30-16h

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	mercredi 10h-12h
Atelier d'écriture	Desnouettes	Lundi 14h-16h
Relaxation	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 couture	Périchaux	Jeudi 14h-17h30
Atelier Patchwork	Desnouettes	Jeudi 14h- 17h
Atelier Tricot	Oscar Roty	Mardi 10h45-12h

Club Quintinie

18, rue Bague
Tél 01 53 69 94 76Dsol-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 56Dsol-Clubs-Paris15@paris.fr

Bus 39, 62, 80

Métro : 12 Convention

Club Oscar Roty

107, rue de Lourmel
Tél 01 45 54 86 93Dsol-Clubs-Paris15@paris.fr

Bus 42, 62, 70

Métro : 8 Boucicaut

Tram : T3A

Club Périchaux

115-117, bd Lefebvre
Tél 01, 45, 31, 82, 43Dsol-Clubs-Paris15@paris.fr

Métro : 12 Porte de Versailles

Tram : T3A