VILLE DE PARIS

MAIRIE DU XVII^e ARRONDISSEMENT DE PARIS

STAGES ADULTES 2026-2027



PARIS ANIM'

Plus d'informations sur
www.actisce.eu

ACTISCE

POINT DU JOUR
1-9 rue du Général Malleterre
75016 Paris / 01 46 51 03 15
capointdujour@actisce.org



Arts plastiques

Couture

Base de la couture à la machine

Samedi 3 octobre - 14h/17h30

Accessoire de cuisine (sac à tarte)

Samedi 14 novembre - 14h/17h30

Le sac cabas

Samedi 12 décembre - 14h/17h30

Coudre un vêtement (la jupe élastiquée)

Samedi 23 janvier - 11h30/17h30

Accessoire de vélo (protège selle)

Samedi 27 février - 14h/17h30

Le sac banane

Samedis 27 mars - 11h30/17h30

Couture Zéro déchet

Samedi 22 mai - 14h/17h30

Coudre un vêtement - (le short)

Samedi 19 juin - 11h30/17h30

Peinture sur porcelaine

Peindre les décorations de Noël

Samedi 28 novembre - 13h30/17h30

Peindre le marbre

Samedi 6 mars - 13h30/17h30

Peindre un bijou (bijoux fournis)

Samedis 22 mai - 13h30/16h30
et 29 mai - 13h30/15h30

Linogravure

Initiation - création d'estampe

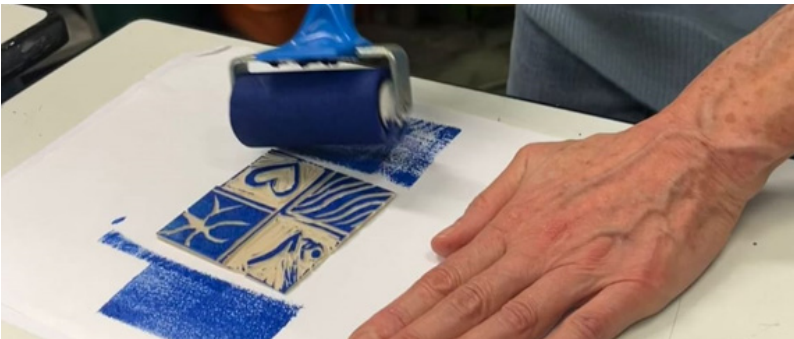
Vendredi 13 novembre - 19h/22h

Fabrication de cartes de Noël ou de vœux

Vendredi 11 décembre - 19h/22h

Estampe japonaise

Vendredi 23 avril - 19h/22h



Scrapbooking

Scrapbooking

Initiation - Lundi 12 octobre - 19h/22h

Mes résolutions 2027 - Lundi 11 janvier - 19h/22h



Poterie

Tournage intensif (sans cuisson, sans création)

Du lundi 19 au jeudi 22 octobre - 10h/12h30

Modelage : Apprendre à modeler un buste

Du mardi 9 au 10 février - 10h/13h

Modelage modèle vivant

Samedi 24 avril - 13h/17h



Sport et mise en forme

Yoga et santé

Assouplir et libérer son dos

Lundi 19 octobre - 10h15/11h45

Prendre soin de son ventre

Mardi 20 octobre - 10h15/11h45

Étirer et renforcer ses jambes

Mercredi 21 octobre - 10h15/11h45

Hatha yoga : harmoniser et revitaliser

Jeudi 22 octobre - 10h15/11h45

Yoga et méditation

Vendredi 23 octobre - 10h15/11h45

Yoga : gestion du stress

Se recentrer : retrouver un ancrage corporel

Lundi 8 février - 10h15/11h45

Se libérer du trop plein

Mardi 9 février - 10h15/11h45

Apaiser le mental : yoga du souffle

Mercredi 10 février - 10h15/11h45

Se relier autrement : yoga nidra

Jeudi 11 février - 10h15/11h45

Yoga du son

Vendredi 12 février - 10h15/11h45

Bien être

Pilates

Lundi 5 avril - 12h/13h

Travail du dos/ Méthode Eldoa Guy Voyer

Mardi 6 avril - 12h/13h

Abdos fessiers

Mercredi 7 avril - 12h/13h

Stretching

Jeudi 8 avril - 12h/13h

Pilates et stretching

Vendredi 9 avril - 12h/13h



Pilates

Lundi 12 juillet - 12h/13h

Travail du dos Méthode Eldoa Guy Voyer

Mardi 13 juillet - 12h/13h

Abdos fessiers

Jeudi 15 juillet - 12h/13h

Stretching

Vendredi 16 juillet - 12h/13h

Cross training

Samedi 23 janvier - 12h15/13h15

Samedi 27 février - 12h15/13h15

Samedi 20 mars - 12h15/13h15

Samedi 24 avril - 12h15/13h15

Samedi 29 mai - 12h15/13h15



Sciences et techniques

Informatique

Gérer le contrôle parental

Mardi 13 octobre - 20h/22h

Découverte de l'ordinateur : les bases

Lundi 9, 16, et 23 novembre - 11h/12h30

Découverte du smartphone

Lundi 11, 18, 25 janvier et 1er février - 11h/12h30

Initiation à l'IA

Mardi 9, 16 et 23 mars - 20h/21h30

Premiers pas sur internet

Lundi 3, 10 et 24 mai - 11h/12h30

Studio son

Fabrique tes beats et instru

Lundis 9, 16, 23, 30 novembre - 19h/21h

Lundis 11, 18, 25 janvier et 1er fevrier - 19h/21h



Musique

Solfège

Améliorer son solfège (débutant)

Mercredi 14 octobre - 20h/21h30

Améliorer son solfège (intermédiaire)

Mercredi 3 février - 20h/21h30

Améliorer son solfège (confirmé)

Mercredi 28 avril - 20h/21h30



Arts du spectacle

Théâtre d'impro

Mercredi 18 novembre - 19h30/21h30

Mercredi 20 janvier - 19h30/21h30

Mercredi 10 mars - 19h30/21h30

Mercredi 12 juin - 19h30/21h30



Langues

Ecriture poétique

Lundi 23 novembre - 19h/22h

Ecriture de nouvelles fantastiques

Lundi 22 mars - 19h/22h

Tarifs

Jusqu'à 26 ans inclus

Tarif unique : **2,78€/heure***

Plus de 26 ans (en fonction du quotient familial)

	QF1	QF2	QF3	QF4	QF5
Tarif Horaire	3,50€	3,70€	4,90€	6,60€	8,10€

	QF6	QF7	QF8	QF9	QF10
Tarif Horaire	9,10€	10,40€	11,70€	16,20€	18,90€

Une participation aux frais annexes est à prévoir pour certains stages en fonction de la discipline.

** Tarif voté par le Conseil de Paris*

Inscription

À l'accueil ou sur www.animactisce.org

Les tarifs + 26 ans sont modulés en fonction de la composition et des ressources de chaque foyer. Si vous ne souhaitez pas justifier de votre situation, le tarif correspondant au groupe tarifaire 10 s'applique.

Justificatif(s) à fournir à l'inscription pour l'application des tarifs des groupes tarifaires de 1 à 9 :

- Soit une attestation récente de la caisse des écoles, indiquant le quotient familial pour le périscolaire.
- Soit une attestation récente (datant de moins de trois mois) de la CAF indiquant le quotient familial.
- Soit le dernier avis d'imposition à la date de l'inscription définitive.

PAIEMENTS

Par chèque, espèces, tickets loisirs, chèques ANCV, coupons sports, en ligne.

L'ASSOCIATION

ACTISCE

ACTISCE
12 rue Gouthière
75013 Paris
www.actisce.eu

Actions pour les Collectivités Territoriales et Initiatives Sociales, Sportives, Culturelles et Éducatives.

Association loi de 1901 à but non lucratif a été créée en 1979. Elle inscrit son action dans le cadre des grands principes d'Éducation Populaire.

« L'Association recherche, étudie, diffuse et met en œuvre, par tous moyens adéquats, toutes les formules susceptibles d'améliorer et de développer des actions sociales, éducatives, culturelles ou de loisirs, notamment en direction des jeunes ou de tout public nécessitant une action spécifique ».

PLUS D'INFORMATIONS :

www.actisce.eu

POINT DU JOUR

1-9 rue du Général Malleterre
75016 Paris / 01 46 51 03 15
capointdujour@actisce.org

@CENTREPOINTDUJOUR
Suivez nous sur instagram