

**ANIMATION DU MOIS DE NOVEMBRE 2019**

	Mercredi 6 novembre <b>Club Vellefaux</b>	13h30	Bal animé par Patrick Anderson
	Mercredi 6 novembre <b>Club Tour des Dames</b>	14h00	Réunion de présentation ateliers bien vieillir et équilibre en mouvement
	Jeudi 7 novembre <b>Club Maréchaux</b>	14h30	Atelier d'écriture et ses 10 mots sur le thème « Histoire de courage »
	Vendredi 8 novembre <b>Club Grange aux Belles</b>	10h00	Exposition vente de 10h00 à 12h30 et de 14h00 à 16h00
	Vendredi 8 et 22 novembre <b>Club Vellefaux</b>	14h00	Danse créative
	Vendredi 8 et 22 novembre <b>Club Maréchaux</b>	14h00	Grand karaoké
	Jeudi 14 novembre <b>Mairie du 9eme</b>	16h00	Vernissage expo vente de l'expo vente des clubs du 9 <sup>eme</sup>
	Vendredi 15 et 29 novembre <b>Club Vellefaux</b>	14h00	Grand karaoké
	mardi 26 novembre <b>Club Robert Blache</b>	14h00	Conférence sur « les Alpes » avec Didier Faget
	Jeudi 28 novembre <b>Club Vellefaux</b>	14h00	Quizz musical

Expo vente du club de la Grange aux Belles

Le vendredi 8 novembre 2019

De 10h00 à 12h30 et de 14h00 à 16h00

Au club de la Grange aux Belles (11 rue Boy-Zelenski Paris 75010)

Expo vente des clubs seniors du 9<sup>eme</sup>

du Mercredi 13 au Jeudi 14 novembre 2019

de 10h00 à 16h30

A la mairie du 9<sup>eme</sup> dans les salons Aguado (6 rue Drouot Paris 75009)



Je passe  
à l'action !

ENTRÉE  
LIBRE

**Club infos**

Journal des activités des clubs du Centre d'action sociale  
Paris 9<sup>e</sup> et Paris 10<sup>e</sup>



9<sup>e</sup>

**Club Les Maréchaux**

15, rue Richer

Tél. 01 48 24 02 44

Bus 26, 32, 39, 43, 45, 74, 85

M° Cadet, Grands Boulevards

10<sup>e</sup>

**Club Grange aux Belles**

11, rue Boy Zelenski

Tél. 01 44 84 91 34

Bus 46, 75

M° Colonel Fabien

**Club la Tour des Dames**

8-12, rue de la Tour des Dames

Tél. 01 48 74 75 10

Bus 26, 32, 43, 81, 68

M° Trinité-d 'Estienne d'Orves

**Club Robert Blache**

4-6 rue Robert Blache

Tél. 01 40 34 14 76

Bus 30, 31, 39, 46, 47, 56, 65

M° Gare de l'Est

**Club Vellefaux**

66, avenue Claude Vellefaux

Tél. 01 53 38 55 39

Bus 46, 75

M° Colonel Fabien

Tout le monde peut proposer ses talents et son expérience aux clubs. S'engager permet de lever le pied en douceur, de valoriser son savoir-faire et de mettre en pratique ses convictions. N'hésitez pas à contacter vos animateurs pour plus d'informations.



CENTRE  
D'ACTION SOCIALE  
VILLE DE PARIS

## activités artistiques

- CHORALE :** **MARECHAUX** mardi 14 h 00 à 16 h 00  
**ROBERT BLACHE** mercredi 14 h 00 à 15 h 30
- PEINTURE :** **GRANGE AUX BELLES** tous les jours (Tous types)  
**MARECHAUX** mercredi de 13 h 30 à 17 h 30 (Acrylique)  
**ROBERT BLACHE** lundi de 09 h 30 à 12 h 30 (Aquarelle)  
**TOUR DES DAMES** vendredi de 14 h 00 à 17 h 00 (Aquarelle)  
**TOUR DES DAMES** mardi de 13 h 30 à 17 h 30 (Peinture sur verre)
- CINEMA\* :** **MARECHAUX** mardi de 10 h 00 à 12 h 00 (sur inscription)
- THEATRE :** **MARECHAUX** lundi 14 h 00 à 16 h 00  
**TOUR DES DAMES** lundi 14 h 00 à 16 h 00
- MODELAGE :** **GRANGE AUX BELLES** mardi et vendredi de 09 h 30 à 13 h 00
- LINOGRAVURE :** **GRANGE AUX BELLES** mercredi de 14 h 00 à 17 h 00

\*Venez créer un film en équipe : de la création du scénario, à la prise de vue, au montage.

## activités physiques

- DANSE SUR CHAISES :** **MARECHAUX** lundi 11 h 00 à 12 h 00
- DANSE DE SALON :** **ROBERT BLACHE** mercredi 10 h 00 à 12 h 00 (Rock / Tango / Salsa)  
**VELLEFAUX** mercredi 13 h 30 à 14 h 30 (Tchatcha / Salsa) (le 06/11)
- PING-PONG :** **GRANGE AUX BELLES** lundi, mercredi et vendredi de 09 h 30 à 12 h 00
- RANDONNEE :** **MARECHAUX** mardi 10 h 00 à 12 h 00 (le 19/11)
- DANSE EN LIGNE :** **VELLEFAUX** lundi et vendredi 09 h 30 à 11 h 30
- GYMNASTIQUE :** **TOUR DES DAMES** mardi et jeudi de 10 h 00 à 12 h 00  
**GRANGE AUX BELLES** mardi et jeudi de 14 h 00 à 16 h 30
- QI GONG :** **GRANGE AUX BELLES** jeudi de 10 h 00 à 11 h 00 (sur inscription)  
**MARECHAUX** vendredi de 10 h 30 à 11 h 30 (sur inscription)  
mercredi de 14 h 00 à 15 h 00 (sur inscription)
- YOGA :** **VELLEFAUX** mercredi de 10 h 00 à 11 h 00 (sur inscription)  
**TOUR DES DAMES** vendredi de 10 h 00 à 11 h 00 (sur inscription)
- PILATES :** **VELLEFAUX** lundi de 14 h 00 à 16 h 30
- DANSE CREATIVE :** **VELLEFAUX** vendredi de 14 h 00 à 15 h 00 (le 08/11 & 22/11)

## activités culturelles

- ÉCRITURE :** **MARECHAUX** jeudi de 14 h 30 à 16 h 30  
**ROBERT BLACHE** jeudi de 09 h 30 à 12 h 00
- POESIE :** **ROBERT BLACHE** lundi de 14 h 00 à 16 h 45  
**MARECHAUX** jeudi de 14 h 30 à 16 h 00 (le 21/11)

## activités prévention & santé

- MEMOIRE :** **MARECHAUX** mercredi de 10 h 00 à 12 h 00  
**VELLEFAUX** jeudi de 10 h 00 à 12 h 00
- EQUILIBRE EN MOUVEMENT :** **MARECHAUX** mardi 10 h 30 à 11 h 30  
**ROBERT BLACHE** vendredi 10 h 00 à 11 h 00  
**TOUR DES DAMES** lundi 10 h 00 à 11 h 00
- SOPHROLOGIE :** **ROBERT BLACHE** mardi de 10 h 00 à 11 h 00 (sur inscription)  
**MARECHAUX** jeudi de 10 h 00 à 11 h 00 (sur inscription)
- INAWA\* :** **ROBERT BLACHE** lundi et vendredi de 09 h 30 à 11 h 30

\*Les ateliers INAWA sont des séances de stimulation à la marche à l'aide de vélos.

Pour tous renseignements, contactez les clubs dans lesquels sont organisés les différents ateliers.

## activités manuelles

- MOSAIQUE :** **MARECHAUX** lundi de 13 h 30 à 17 h 30  
**GRANGE AUX BELLES** mercredi 14 h 00 à 17 h 30
- BRODERIE :** **ROBERT BLACHE** mardi, jeudi et vendredi de 13 h 30 à 16 h 30
- CREATION DE BIJOUX :** **TOUR DES DAMES** mercredi de 13 h 30 à 17 h 30  
**MARECHAUX** mercredi de 14 h 30 à 17 h 30
- TRICOT SOLIDAIRE\* :** **MARECHAUX** vendredi 13 h 30 à 17 h 30  
**GRANGE AUX BELLES** lundi 14 h 00 à 17 h 00  
**VELLEFAUX** jeudi 13 h 30 à 16 h 30

\* Venez tricoter solidaire au club Maréchaux et au club de la Grange aux Belles des écharpes et des bonnets pour le plan d'urgence hivernal 2019 / 2020.

## activités multimédia

- COURS INTERNET :** **MARECHAUX** tous les matins (sur rdv)  
**GRANGE AUX BELLES** tous les mardis (places disponibles)
- STAGE INFORMATIQUE :** **TOUR DES DAMES** à partir du 04/11/2019 (sur inscription)
- PHOTO NUMERIQUE :** **MARECHAUX** jeudi de 13 h 30 à 17 h 30
- INITIATION ECRAN TACTILE:** **VELLEFAUX** mercredi de 10 h 00 à 11 h 30 (sans rdv) (SOUS ANDROID)
- STAGE TABLETTE :** **MARECHAUX** jeudi de 13 h 30 à 16 h 30 (sur inscription)  
**GRANGE AUX BELLES** mercredi de 11 h 00 à 12 h 00 (nouveau)

## animation

- BAL :** **VELLEFAUX** mercredi de 13 h 30 à 16 h 30
- DUPLICATE :** **MARECHAUX** vendredi de 14 h 00 à 16 h 30 (le 15/11 & le 29/11)  
Loto, karaoké, conférence, billard, jeux de sociétés :  
Toutes ces activités sont régulièrement organisées. Vous trouverez les dates dans le programme mensuel des clubs du 9<sup>e</sup> et 10<sup>e</sup>.