

## ACTIVITÉS PERMANENTES

MAISON

# Marcel-Paul

AVRIL  
MAI  
JUIN  
2019

77, avenue de la République - 93120 La Courneuve Tél.: 01 43 11 80 62 (63)

### PING-PONG

I Tous les lundis et  
vendredis  
de 14h à 17h

### DANSE COUNTRY

I Tous les mercredis  
de 9h30 à 11h  
(pour les confirmés)  
I Tous les mercredis  
de 11h à 12h  
(pour les débutants)

### DANSE DE SALON

I Tous les mercredis  
de 14h30 à 16h

### AQUA BIEN-ÊTRE

I Tous les lundis à 14h  
à la Piscine Béatrice-Hess  
(sauf période de  
vacances scolaires)

### PÉTANQUE

I Tous les mardis et  
vendredis de 10h à 12h  
au terrain de boules, rue du  
Général-Schramm

### ATELIER DESSIN ET PYROGRAVURE

I Tous les lundis à 14h

### ATELIER ORIGAMI, TRICOT, CROCHET ET BRODERIE

I Tous les lundis, mercredis,  
jeudis et vendredis  
à 9h30

### DÉCOUVERTE DE L'ANGLAIS

I Tous les mardis à 14h30.  
Tous les mercredis  
à 9h30

### PRÉVENTION DES CHUTES ET TRAVAIL DE L'ÉQUILIBRE

I Les lundis 8 et 29 avril.

### INFORMATIQUE

I Cours d'informatique  
I Permanence d'accès aux  
droits (1/2 journée à définir)



Et si on embellissait les espaces extérieurs de la Maison Marcel-Paul ? Nous vous proposons de peindre des malles et décorer des palettes pour en faire de jolis supports de jardinage. Puis, tous les vendredis après midi à partir du 5 avril, nous vous proposons de venir jardiner...

### LE SAVIEZ-VOUS

#### Restauration :

Tous les midis à partir de 11h45  
au restaurant municipal,  
2 mail de l'Égalité, 4<sup>e</sup> étage.  
- Le paiement s'effectuera au pôle  
administratif Mécano.  
- Attention la carte de restauration est  
obligatoire.

#### Transport seniors à mobilité difficile :

Tous les mardis, jeudis et mercredis  
matin.

Accompagnement chez le coiffeur, aux  
cours, au cimetière, aux activités et au  
restaurant municipal.

#### Programme seniors :

Disponible en janvier, avril, juillet et octobre à  
la maison Marcel-Paul, dans les Maisons Pour  
Tous et dans les boutiques de quartiers.

Vous pouvez aussi le recevoir par courrier  
électronique.

#### Bibliothèque :

Pour vos lectures, nous mettons gratuitement à  
disposition des livres de tous genres à l'accueil  
de la structure.

# ANIMATIONS À LA MAISON MARCEL-PAUL

## EQUILIBRE EN MOUVEMENT



Réunion de présentation  
**! Mardi 7 mai à 14h30**  
L'équilibre en mouvement est animé par Patricia (EPGV). Les séances se dérouleront **du 9 mai au 20 juin.**  
à la maison Marcel-Paul

## TEMPS D'ÉCHANGE

**! Mercredi 3 avril à 11h** à la maison Marcel-Paul  
Ces échanges nous permettront de mieux cerner vos centres d'intérêt. Nous comptons sur votre présence.

## CONCERT 'O DEJ

**! Les mardis 16 avril, 21 mai, 18 juin à 12h30**  
au Centre culturel Jean-Houdremont

## KARAOKE

**! Vendredi 24 mai à 14h** à la maison Marcel-Paul.

## ACTIONS COLLECTIVES DE PREVENTION

**! Vendredi 5 avril à 10h** à la maison Marcel-Paul.  
Une intervenante de la Maison de Marianne viendra vous exposer ce projet de logements sociaux adaptés aux seniors et de lieux d'échanges intergénérationnels.

**! Jeudi 11 avril à 14h** à la maison Marcel-Paul.  
Venez participer à un atelier animé par Bruno et les volontaires du service civique sur les dangers du numérique, découvrir les applications des réseaux sociaux permettant d'échanger avec vos proches. Munissez-vous de votre tablette ou de votre téléphone.

## JEUX DE MEMOIRE



**! Tous les mercredis**  
**à 14h** à la maison Marcel-Paul

## REVEIL MUSCULAIRE

**! Les lundis 1<sup>er</sup> et 15 avril, 6, 13, 20 et 27 mai, 3, 17 et 24 juin à 9h** à la maison Marcel-Paul

## REPAS À THÈME



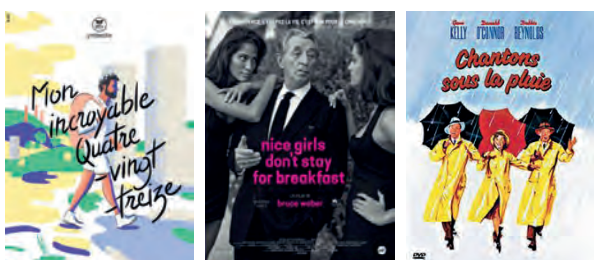
Tarif - 8,20€

**! Vendredi 17 mai à 10h** à la maison Marcel-Paul  
Venez découvrir les plaisirs du jardinage suivi d'un repas au jardin pédagogique de La Courneuve, 25 rue Chabrol.

## ELECTION DE MISS / MISTER RETRAITE(E)

**! Vendredi 14 juin à 14h** à la maison Marcel-Paul  
Les volontaires du service civique vous proposent une animation : à vous de convaincre le jury autour de quiz, mimes...

## CINE THÉ



**à 14h** au cinéma l'Étoile. Tarif - 2,5€

**! Mercredi 10 avril : Mon incroyable 93**  
de Wael Sghaier

**! Vendredi 24 mai : Nice girl don't stay for breakfast**  
de Bruce Veber. Documentaire sur Robert Mitchum

**! Vendredi 21 juin : Chantons sous la pluie** de Stanley Donen

## BUFFET D'ÉTÉ



**! Vendredi 21 juin à 12h**  
Retrouvons-nous aux jardins de Carême-Pre-nant. Entrée : 19 rue Villot ou 4 rue Chabrol  
Chacun apporte sa spécialité.

## RANDO-HISTORIQUE

Rendez-vous à 13h30 à la gare de La Courneuve

**! Jeudi 16 mai** Visite du quartier de l'île Saint-Louis

**! Jeudi 13 juin** Visite du quartier Belleville





# ET AVEC LA MAISON DES SENIORS DE SAINT-DENIS

## MARCHE D'ORIENTATION



**Jeudi 4 avril à 13h30** à la maison Marcel-Paul  
Les volontaires du service civique vous proposent une marche d'orientation au parc Georges-Valbon

## PIQUE-NIQUE AU PARC G.VALBON



**Jeudi 25 avril à 10h**  
Rendez-vous au parking Pyrus (Bus 150 arrêt Cité Floréal)

## REPAS DE LA FÊTE DES FLEURS



**Mercredi 15 mai à 12h** à la Résidence Basilique  
2-4 rue du pont Godet 93200 Saint-Denis  
Venez partager un moment festif avec nos amis Dionysiens.  
Déjeuner et après-midi dansant animé par un orchestre.  
**Tarif - 14,50€**

## FESTIVAL DE SAINT-DENIS



Christophe Fillieule

**Lundi 29 mardi 30 avril à 9h30**  
À l'occasion de l'édition 2019 du festival de Saint-Denis, un parcours autour de la symphonie N°2 de Mahler vous est proposé.

**Lundi 3 juin à 17h30** vous pourrez assister à la répétition générale de l'œuvre de Mahler.

## BAL



**Vendredi 28 juin à 14h30** à la Résidence Basilique  
2-4 rue du pont Godet 93200 Saint-Denis  
Venez partager un moment festif avec nos amis Dionysiens. Après-midi dansant animé par un orchestre. **Tarif - 6,10€**



# LES SORTIES

## MOSQUÉE DE PARIS



**Mercredi 3 avril**

Rendez-vous à 13h30 à la gare de La Courneuve

Tarif - 2€

## LES SORTIES EN CAR

### CROISIERE SUR LE LOING



**Vendredi 10 mai**

Journée sur les bords du Loing, escale à Nemours  
Apporter votre pique-nique

Rendez-vous à 8h30 à la Maison Marcel-Paul

Tarif - 10€

### CHÂTEAU DE MONTE-CRISTO (78)



**Judi 27 juin**

Rendez-vous à 8h30 à la maison Marcel-Paul  
Déjeuner libre à Marly-le-Roi

Tarif - 4€ (Attention beaucoup de marche.)

## BOWLING



**Judi 9 mai**

Rendez-vous à 13h10 à l'arrêt centre-ville du tramway

Tarif - 8,5€ sur place

## GRANDE GALERIE DE L'ÉVOLUTION



**Vendredi 3 mai**

Rendez-vous à 9h45 à la gare de La Courneuve

Sortie gratuite

## ATELIER DES LUMIERES (75)



**Mercredi 22 mai**

Expositions Van Goth et Japon rêvé

Rendez-vous à 13h30 à la gare de La Courneuve

Tarif - 11,50€