

AMOUR DES LIVRES – PARTAGE DE LECTURE

par Nicole Berlemont

À chaque rendez-vous, un intervenant différent présentera l'œuvre de son choix : l'auteur, l'œuvre, les thèmes abordés, lecture d'extraits. Une ouverture à la discussion autour de l'œuvre sera proposée et/ou d'autres œuvres évoquées par les participants.

PUBLIC _____

Ouvert à tous

DATES & HORAIRES _____

Les mardis de 10 h 30 à 12 h 30.

- 6 octobre 2026
- 3 novembre 2026
- 1^{er} décembre 2026
- 5 janvier 2027
- 2 février 2027
- 2 mars 2027
- 30 mars 2027
- 4 mai 2027
- 1^{er} juin 2027

TARIF _____

72 € pour les 9 séances

Conditions

Lieu des ateliers

Tous nos ateliers ont lieu dans les locaux de l'association situés :
62 rue Amelot 75011 Paris

Il faut être adhérent de l'Âge d'Or de France pour participer aux ateliers. L'adhésion pour l'année 2026/2027 est de 54 € (déduction d'impôts de 66 % si vous êtes imposables). Un reçu fiscal vous sera délivré.

À noter : Au delà de l'adhésion, vous pouvez nous faire un don pour nous soutenir en cette période compliquée pour le monde culturel.

L'inscription annuelle est définitive et aucun remboursement ne sera effectué en cas d'absence à un atelier.

Vous pouvez venir à une première séance d'essai gratuite au sein de tous nos ateliers, hormis ceux qui ne fonctionnent que sur un nombre limité de séances ou de participants.

Les tarifs sont calculés sur la base d'un nombre minimum de participants. Si ce nombre n'est pas atteint, l'Âge d'Or de France se réserve la possibilité d'annuler l'activité proposée.

2026/2027



www.agedordefrance.fr
Association reconnue d'utilité publique

BULLETIN D'INSCRIPTION

 Vous devez être adhérent de l'Âge d'Or de France pour vous inscrire à un atelier.

NOM : Prénom :

Adresse :

Code postal : Ville :

Téléphone : Email :

Profession :

Si vous êtes retraité-e, votre dernière profession

Nom de l'atelier	Tarif
	€

☐ Je joins un chèque à l'ordre de l'Âge d'Or de France.

Date et Signature

QI GONG

par Sophie Garcia

Le Qi Gong est une pratique énergétique issue de la culture traditionnelle chinoise visant à l'entretien de la santé, à l'harmonie corps/esprit et à la recherche de l'équilibre général. Des mouvements lents, à la fois puissants et doux, favorisant la vitalité du corps et le calme de l'esprit.

Sophie GARCIA a suivi pendant 3 ans la formation professionnelle d'enseignant de Qi Gong de l'école des Temps du corps, sous la direction de Maître Ke Wen. Cette formation s'est terminée en 2013, par un voyage d'étude en Chine et l'obtention d'un diplôme validé par Madame Liu Ya Fei, directrice du Centre National du Qi Gong de Beidaihe en Chine. Sophie est également titulaire d'un CQP d'animateur de loisirs sportifs, délivré par la Fédération Française Sports pour Tous.

PUBLIC

N'étant basé ni sur la force physique, ni sur la performance, le Qi Gong est accessible à tous, jeunes et moins jeunes, sportifs ou non. Chacun pratique à son niveau, en fonction de ses possibilités, à l'écoute de soi.

DATES & HORAIRES

Les mercredis de 10 h 30 à 11 h 30.

- Septembre 2026 : 16, 23 et 30
- Octobre 2026 : 7 et 14
- Novembre 2026 : 4, 18 et 25
- Décembre 2026 : 2, 9 et 16
- Janvier 2027 : 6, 13, 20 et 27
- Février 2027 : 3 et 24
- Mars 2027 : 3, 10, 17, 24 et 31
- Avril 2027 : 21 et 28
- Mai 2027 : 5, 12, 19 et 26
- Juin 2027 : 2, 9, 16 et 23

TARIF

110 € les 10 tickets de séances

AU FIL DES MOTS

par Véronique Cléon

Depuis des millénaires, nous sommes tous reliés par le fil de la parole et par le travail du fil qui nous habille, nous relie et nous rassemble.

Lors de cet atelier, chacun pourra apporter son ouvrage en cours : broderie, tricot, crochet, reprisage... afin d'entrelacer les fils de nos créations avec ceux de nos paroles.

Chaque participant sera également invité à partager un texte de son choix : poème, conte, histoire, extrait de livre ou tout autre écrit qui lui tient à cœur.

Cet atelier se veut avant tout un moment de partage, de convivialité et d'échange, et non un atelier d'apprentissage technique.

Et si les fils de laine, de soie ou de coton ne vous inspirent pas, mais que vous préférez le fil du crayon ou du pinceau, vous serez tout autant les bienvenus.

PUBLIC

Ouvert à tout public

DATES & HORAIRES

Les mardis de 14 h 30 à 16 h 30.

- 29 septembre 2026
- 10 novembre 2026
- 15 décembre 2026
- 19 janvier 2027
- 2 mars 2027
- 20 avril 2027
- 1er juin 2027

TARIF

70 € pour les 7 séances

ÉCRITURE

par Annie Varlet Grancher

On porte toujours un savoir à l'intérieur de soi dont on n'a pas connaissance. Écrire, c'est libérer ce savoir. C'est faire sortir les faits du chaos.

L'atelier d'écriture est le lieu où l'on fabrique, c'est aussi un atelier de mémoire. Écrire, c'est faire littérature de ses souvenirs.

L'œuvre alchimique de la composition des textes qui mêle souvenir et fiction n'est autre que soi-même. Écrire c'est donner un sens à sa vie.

Après le temps de l'écrit vient la lecture-partage des participants. Par cette lecture, les imaginaires se communiquent les uns aux autres. C'est ce partage qui permet au groupe de se constituer.

Le matin, je propose amuse-bouche, jeux d'écriture et mise en route de la plume. L'après-midi thèmes et lectures donneront l'impulsion à votre récit.

PUBLIC

Pour ceux qui ont envie d'écrire et d'échanger.

DATES & HORAIRES

Les jeudis de 10 h 00 à 17 h 00.

- 1^{er} octobre 2026
- 26 novembre 2026
- 21 janvier 2027
- 1^{er} avril 2027
- 27 mai 2027

TARIF

350 € pour les 5 séances

L'ATELIER DES PERLES : VOTRE PARENTHÈSE CRÉATIVE

par Catherine Lemaître

Créer vous plaît mais vous n'avez jamais osé vous lancer ? Rejoignez-nous une fois par mois pour une parenthèse enchantée hors du temps.

Que vous soyez novice ou déjà un peu manuel·le, cet atelier de création de bijou en perles est conçu pour tous les niveaux.

Pourquoi participer ?

- Pour le plaisir pur de créer
- Pour le plaisir d'offrir votre création
- Pour pratiquer une véritable activité détente

Le meilleur moment ?

Repartir avec votre propre création au doigt, au poignet, au cou ou aux oreilles. Avec cette petite fierté de pouvoir dire : *« C'est moi qui l'ai fait ! »*

PUBLIC

Toute personne désireuse de créer son propre bijou.

DATES & HORAIRES

Les mardis de 14 h 30 à 16 h 30.

- 6 octobre 2026
- 3 novembre 2026
- 1er décembre 2026
- 5 janvier 2027
- 2 février 2027
- 9 mars 2027
- 6 avril 2027
- 4 mai 2027
- 8 juin 2027

TARIF

225 € pour les 9 séances