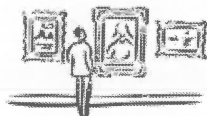


L'Age d'Or de France c'est aussi :

- Tout au long de l'année les **sorties, visites, conférences, expositions, concerts, restaurants, voyages** à consulter tous les trimestres dans notre bulletin info d'or
- Des **clubs** aux programmes mensuels
- Des formations à l'**Art du conte** et toutes les activités qui y sont liées : conférences, veillées, contes en liberté...
- Des tarifs préférentiels : aux « **Amis du Louvre** », à la « **Carte Blanche** » du musée d'Orsay, et au « **Pass** » de la Cité de l'Architecture.



Conditions

Les ateliers sont réservés aux adhérents de l'Age d'Or de France

**L'adhésion à l'Association se montera à 50 €
pour l'année 2017 – 2018**

*Nous acceptons les adhésions de soutien
Un reçu fiscal vous sera délivré*

Une grande majorité de nos ateliers étant assurée par des salariés, nous avons des obligations sociales à respecter. Il est donc impossible de pratiquer des remboursements en cas d'absence.

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

*En cas de désistement avant le début de l'atelier,
25 € de frais de dossier seront dus à l'Association*

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



AGE D'OR
de France

LES ATELIERS DE L'ASSOCIATION AGE D'OR DE FRANCE

2017 - 2018

Association reconnue d'utilité publique

Accueil et Information au siège
Les lundis entre 10h et 12h

ASSOCIATION AGE D'OR DE FRANCE

35 rue de Lyon - 75012 Paris – Tél. 01 53 24 67 40

Site : www.agedordefrance.com – Email : agedor@agedordefrance.co

Qi Gong

30 séances **300 €**
Animé par Gérard Renouf - Diplômé de la FEQGAE et de l'Institut Lu Dong Ming - Diplômé de médecine chinoise de l'école des 5 éléments de Paris

Les Jeudis de 10h à 11h, et de 11h15 à 12h15

**Centre d'animation La Jonquière
88 rue de la Jonquière 75017 Paris**

Du 5 octobre 2017 à fin juin 2018

Le Qi Gong est une activité idéale pour les seniors car c'est une technique douce, sans force et sans accélération du cœur, basée sur des mouvements simples et efficaces, des mouvements lents et répétitifs issus de la médecine chinoise et de l'énergétique asiatique. C'est un art de santé et de longévité, mais c'est aussi un art de beauté par la grâce des mouvements.

Deux cours différents sont proposés :

Le cours de 10h est plus ciblé sur les Qi Gong dit de prévention du maintien de la santé, il demande une bonne vitalité de jeune seniors, il est pratiqué debout et en mouvements.

Le cours de 11h15 à 12h15 est plus adapté et inclura du Do-in assis, et des techniques curatives pour améliorer le bien-être, ainsi que du Qi Gong thérapeutique debout.

Gymnastique Aquatique

30 séances **230 €**
Sauf vacances scolaires

Le Mardi de 14h30 à 15h30

Du 26 Septembre 2017 à fin juin 2018

Garder la forme en pratiquant dans la bonne humeur des exercices en eau chaude sous la responsabilité d'un moniteur diplômé et qualifié.

Pratique aquatique regroupant un ensemble de mouvements traditionnels simples d'accès. Travail musculaire en douceur et étirements sur un fond de musiques variées. Maintien de la forme et amélioration de la souplesse sans traumatiser ses articulations. Hydro massage naturel dû à l'action de l'eau sur les actes moteurs.

**Certificat médical obligatoire - Piscine Keller
14 rue de l'Ingénieur Keller 75015 Paris
Métro : Charles Michels - Javel**

Conversation Anglaise

Du 4 octobre 2017 à Juin 2018 150 €

Animateur: Guy Leroi – Ancien enseignant de langue anglaise, interprète-traducteur Anglais/ Espagnol –

Le mercredi de 15h30 à 17h30

Vous souhaitez dialoguer en Anglais avec aisance, voire avec plaisir. Alors venez nous rejoindre dans notre atelier de conversation Anglaise. Vous y vivrez, dans une ambiance chaleureuse, une pratique de la parole et du dialogue en Anglais.

35 rue de Lyon – Paris 12^e

Civilisation et Littérature Anglaise

D'octobre 2017 à fin mai 2018 100 €

Professeur : Simone Odoul

Le vendredi de 14h30 à 17h

Conférences autour de la civilisation et de la littérature anglaise, données en Français. Utilisation de support diapositives et de divers documents.

69 bd Pasteur – 75015 Paris (Métro Pasteur

Bridge

32 séances **Carnet 10 tickets = 70 €**

Animateur : Claude Marlot

Le mardi de 13h45 à 17h30

Du 26 Septembre 2017 à juin 2018

Séances conviviales pour vrais ou faux débutants voulant améliorer leurs connaissances ou participer à des parties libres (mais surveillées).

Les Tickets sont vendus par carnets de dix.

17 rue des Petits Hôtels – Paris 9^e

Groupe de Chant Méli Mélo

Animatrices : Claudie Hanon

Répétitions les lundis de 14 h à 16h

De septembre 2017 à Juin 2018

Ce groupe de chant (chansons populaires françaises et extraits d'opérettes) se destine à des animations dans les maisons de retraite.

**Atelier Gratuit ouvert à tous les adhérents
Maison de retraite de la Muette**

43 rue du Sergent Bauchat – 75012 Paris

Métro: Daumesnil - Nation et Montgallet

Promenades à thèmes

18 sorties **60 €**

D'Octobre 2017 à Juin 2018

Promenades « Découverte de la nature »

Animateur : Jean-Paul Konrat

Promenades « Nature et Monuments »

Animateur : Alfred Wohlgroth

Les promenades à thèmes ont lieu généralement deux jeudis par mois. Le parcours à pied dans la nature est relativement réduit : 10 à 15 km de gare à gare, sur la journée complète (ou 7 à 10 km pour une demi-journée à la mauvaise saison). Les promenades comportent toujours une part culturelle avec deux thèmes : découverte naturaliste sur le terrain (plantes, arbres, oiseaux, géologie) ou visites d'églises, de châteaux, de musées, de monuments. La participation ne couvre pas les frais annexes ou spécifiques à chaque promenade : équipement, repas, transports, entrées dans les parcs, musées ou monuments, ni les prestations ou animations extérieures à l'Age d'Or de France. **Merci de nous communiquer si possible votre adresse mail pour l'envoi des programmes**

Les Promenades dans Paris Des Mercredis et des Samedis

9 sorties les mercredis **60 €**

9 sorties les samedis **60 €**

Animateur : Daniel Gripois

D'Octobre 2017 à Juin 2018 - à 14h

A côté des grands monuments et des sites célèbres où se pressent les touristes, Paris recèle un grand nombre de bâtiments curieux, de quartiers pittoresques, de rues tranquilles, de jardins paisibles, de lieux insolites, sans doute moins connus. Ces promenades dans Paris ou exceptionnellement en banlieue permettront de les découvrir dans une ambiance détendue et conviviale.

Des indications historiques brèves et simples ou au contraire un peu plus détaillées, selon le cas, seront fournies permettant de comprendre comment Paris a acquis au fil du temps sa physionomie actuelle.

Pour favoriser le caractère convivial de ces promenades, le nombre de participants est limité à 10. La durée des promenades est d'environ 2 heures 30. Une description sommaire de chaque promenade ainsi que le lieu exact du rendez-vous seront communiqués à toutes les personnes inscrites.

Le programme des promenades du mercredi ne comporte que des circuits déjà effectués au cours de ces dernières années dans le cadre des promenades du samedi.

« Amour des Livres Partage de Lecture »

9 séances – 1 fois par mois **60€**

Coordinateur : Michel Bastard

Animé par plusieurs intervenants

Les Mardis de 10h30 à 12h

D'octobre 2017 à Juin 2018

A chaque réunion, un intervenant différent présentera l'œuvre de son choix : présentation de l'auteur, de l'œuvre, des thèmes abordés, lecture d'extraits et ouverture d'une discussion autour de l'œuvre présentée, et/ou d'autres œuvres évoquées par les participants.

35 rue de Lyon – Paris 12^e

Atelier Photo

35 séances **160 €**

Animateurs : Yves Cuillandre et Daniel JB Girard

Le jeudi de 14h à 18 h

Du 28 septembre 2017 à fin juin 2018

Dans divers lieux à Paris et en région parisienne, selon les thématiques et à l'occasion de reportages, visites d'expositions et rencontres avec des artistes.

Les travaux de l'atelier portent sur la technique photographique (compréhension des problèmes d'optique, de profondeur de champ,...), ainsi que sur les aspects artistiques (apprentissage du regard, intention, façon de penser la photo, cadrage et règles de composition de l'image).

Le traitement photographique à l'aide de logiciels appropriés est également abordé.

L'atelier photo est organisé en groupes thématiques, dont le contenu sera précisé en septembre 2017.

Durant la saison, des sorties photographiques sont organisées et les images prises sont analysées et critiquées en commun. Des expositions des travaux de l'atelier sont régulièrement organisées.

Site Internet :

<http://www.bellavista-focal-club.com>

35 rue de Lyon – Paris 12^e

Atelier Théâtre 1

30 séances

450 €

Metteur en Scène : Monique FABRE, ancienne élève du CNSAD. Comédienne et metteur en scène. Elle a été professeur des classes théâtre du CRR de Tours et du CRD de Saint-Germain-en-Laye.

Les **lundis** (hors vacances scolaires) de **11h à 16h** (comprend 1h de pause pour déjeuner)

Du 2 octobre 2017 au 11 juin 2018

Un atelier théâtre qu'est-ce que c'est ?

Le théâtre c'est d'abord le partage et la discussion. C'est la joie de la parole qui circule, l'échange sur ce qui fait sens. C'est aussi *la présence au jeu*, qui permet à la vie intérieure de l'acteur de se manifester. C'est découvrir la profondeur des mots, parcourir la palette des sensations, et tenter de les incarner. C'est un jeu de miroirs où l'on peut se reconnaître. C'est se faire entendre et une fois le caillou lancé, en ricochet, voir et écouter l'affleurement des contacts, leurs résonnances.

Pour parvenir à l'adéquation de ce que l'on sent et de ce que l'on exprime, beaucoup de questions techniques vont être posées. Le théâtre, c'est son *instrument*, utilise toute la personne : intuition, instinct, intelligence, et même déduction. Le travail sur la voix et le corps, la respiration, le rythme, le mouvement, l'écoute vont permettre de donner vie à nos rêves. Toujours sincère, tout ce que j'ai vécu me sera utile pour devenir cet autre « si je le veux ». Puis vient le temps de la représentation. Les nombreuses répétitions, l'intériorisation du texte, ont pour but d'arriver à cet instant, où sous le regard du public, je dois ressusciter émotions, pensées, mouvements, avec la plus grande spontanéité, et où tous, acteurs, spectateurs, « ensemble, face à face, on a de la vie immortelle devant soi... » (Danièle Sallenave)

Un atelier théâtre on y fait quoi ?

Chaque année est élaboré un spectacle portant sur un ou plusieurs auteurs. Les séances et répétitions comprennent (selon les demandes, et nécessités révélées par le projet) : Travail sur le texte : écriture et style- Travail sur les actions physiques - Travail sur l'espace -Travail sur la voix et la respiration- Travail sur l'écoute, la concentration, le regard et le geste – Travail sur la créativité, l'imagination : improvisations - mémoire-implication. Débutants, ou ayant une pratique de la scène vous serez les bienvenus.

47 rue de Saussure - 75017 Paris

Atelier Théâtre 2

30 séances

450 €

Metteur en Scène : Dominique FIDON

Les **Mercredis** (hors des vacances scolaires)
De 14h à 16h
Du Mercredi 4 Octobre 2017 à fin juin 2018

La pratique théâtrale se fait autour d'un projet artistique final, présenté au public: pièce de théâtre, montage de scènes, texte issu d'une improvisation du groupe, Les participants, fortement impliqués, vivent avec intensité les émotions liées à cette "mise en jeu", mobilisant pour sa réussite, plaisir et rigueur .

Les participants :

- s'ancrent dans le **rapport acteur/ spectateur**.
- apprennent à **mobiliser leurs ressources créatives, sensorielles et expressives**
- investissent les **multiples sens d'un texte écrit ou improvisé**
- incorporent **le jeu dans l'apprentissage**

Déroulement de l'atelier :

TEMPS 1 : d'octobre à décembre

Objectif : Pratiquer les fondamentaux du jeu théâtral

Principe des séances :

- Approfondir la pratique de l'instrument du comédien: • corps • voix • imaginaire
- Jeux d'écoute de soi et des autres
- S'entraîner: • à l'espace théâtral • au jeu « dramatique » par l'improvisation
- Approcher le texte dramatique: • sensibilisation • l'élaboration du personnage et à l'action dramatique.

TEMPS 2: de janvier à juin

Objectif : Élaborer et répéter une présentation théâtrale.

Principe des séances :

- **Échauffement et jeux théâtraux**
Exercices de : relaxation, respiration, articulation, jeux vocaux, marche dans l'espace, éveil aux sensations, démarches et attitudes d'un personnage, histoires à plusieurs...
- **Préparation et Mise en jeu:**
élaboration et répétition d'un objet théâtral à partir de courts textes et d'improvisations :
- appropriation du texte, intentions, préparation technique

-répétitions

35 rue de Lyon – 75012 PARIS

**« Parole en public et
Confiance en soi »**

**Stage animé par Gérard Probst
Lundi 6 et Mardi 7 novembre 2017 200 €**

De 9h30 à 17h (12h)

- Prendre confiance en soi dans sa communication orale
- Prendre conscience de ses outils personnels pour mieux les utiliser dans sa communication avec les autres
- Etre efficace, convaincant, dans sa prise de parole tout en étant à l'écoute des autres
- Etre à l'aise dans cette efficacité trouvée

Ce stage est avant tout pratique et nous travaillerons sur les 3 axes majeurs de la communication orale :

Gestes et occupation de l'espace, regard, silence

Gérard Probst est Comédien, Conteur de l'Age d'Or de France, directeur de stages de Prise de Parole en Public depuis plus de 20 ans, chargé de cours à l'Ecole Supérieure des Mines de Paris

35 rue de Lyon – Paris 12^e

**Atelier Lecture à Haute Voix
Par Nicole BERLEMONT**

10 mardis - De 16h à 18h (20h) 250 €

21 et 28/11 – 05 et 12 /12 2017

9 – 23 et 30/01 – 6/02 – 20 et 27/03 2018

Cet atelier s'adresse aux personnes qui aimeraient :

- lire en bibliothèque, école, groupe de partage de lectures, club ou résidence senior, maison de retraite, ou encore auprès de malades ou de malvoyants.

- enregistrer des ouvrages destinés à ces derniers.

- augmenter leur aptitude à intéresser un public dans le cadre d'une présentation orale avec support écrit (cas des professeurs, conférenciers, etc.).

Il comporte des conseils et exercices pour améliorer la diction, rendre le texte audible et agréable à écouter ;

- développe un savoir-faire pour "animer la lecture" afin de ne pas lasser l'auditoire ;

- donne des indications sur les genres de textes à choisir (ou à éviter) et sur diverses manières de mener une séance de lecture.

35 rue de Lyon 75012 Paris

Atelier d'écriture

Par Annie VARLET-GRANCHER

5 mardis : 10/10 – 14/11 – 12/12 2017

23/01 – 6/03 2018

10h/13h et 14h/17h (30h) 250 €

Vous avez envie d'écrire mais aussi d'échanger ? L'atelier d'écriture est le lieu où l'on fabrique, où la forme s'ébauche, prend sens, la matière en est la langue. Mais l'œuvre alchimique de la composition du texte qui mêle souvenir et fiction n'est autre que soi-même. Chemin faisant, la confiance vient, l'étonnement devant ce que l'on est capable d'écrire fait place à la réalisation, que l'atelier, lieu d'échanges et source de résonance, porte vers son accomplissement.

Le matin, je propose amuse-bouche, jeux d'écriture et mise en route de la plume.

L'après-midi, thèmes et lectures présentés donneront l'impulsion à votre récit.

35 rue de Lyon - Paris 12^e

**Initiation à la Percussion Corporelle
Par Ralph NATAF – Conteur, lecteur, musicien**

4 lundis de 18h à 19h30 90 €/stage

**Stage 1: 20/11 – 27/11 – 4/12 et 11/12 2017
Stage 2: 14/05 – 28/05 – 11/06 et 18/06 2018**

Cette activité musicale ne nécessite aucune connaissance de base. Elle est ouverte à tous ceux qui veulent apprendre en s'amusant, s'amuser en construisant des rythmes collectifs.

Au programme : s'amuser à faire ensemble des rythmes en jouant des différentes sonorités des parties du corps : les mains, les pieds, le torse, les cuisses, le ventre...

On commence d'abord par apprendre les modules simples, en les jouant tous ensemble, à l'unisson. Puis on complexifie très progressivement : en associant ensemble les différentes voix, chaque sous-groupe faisant la sienne, on apprend à monter des polyrythmies.

Une activité qui associe le physique, le mental et le relationnel

En effet, la percussion corporelle invite à la dissociation consciente, à la mobilisation ludique du corps, à l'écoute fine de soi et de l'autre, et de la relation entre les deux... Et tout cela produit le résultat de jouer de la musique ensemble, avec pour tout instrument, le corps humain

35 rue de Lyon 75012 Paris

**BULLETIN D'ADHESION ET D'INSCRIPTION
2017 – 2018**

A joindre impérativement à votre règlement

NOM Prénom.....

Adresse.....

Code Postal Ville Tél. :

Tel Portable Profession

Email (EN LETTRE MAJUSCULE LISIBLES).....

J'accepte de recevoir UNIQUEMENT par mail l'ensemble des informations (info d'or, sorties etc.)

**COTISATION : Minimum 50 € SOUTIEN : 60€ 90€ 100€ 200€
Autre montant :**

Soit un paiement à l'ordre de l'AGE D'OR DE FRANCE : de €
N° Chèque CCP ou Banque..... Du

- Un reçu sera adressé pour toute somme versée, en vue de justifier la déduction fiscale prévue par la Loi en vigueur (soit une réduction d'impôt, égale à 66 % des dons)

Atelier 1:..... Montant.....

Atelier 2:..... Montant.....

Atelier 3:..... Montant.....

Soit un paiement à l'ordre de l'AGE D'OR DE FRANCE de€

Numero(s) Chèque(s) CCP ou Banque..... Du

Et N°s

Je reconnais avoir pris connaissance des conditions d'annulation figurant au dos de ce bulletin

Date et Signature :

Merci de joindre la totalité du paiement des ateliers

Afin que mon inscription soit prise en compte, je joins :

Chèque(s) à l'ordre de l'Age d'Or de France en règlement de l'atelier(s) choisi(s)

Association Age d'Or de France 35 rue de Lyon 75012 Paris Tél. : 01 53 24 67 40
Internet : [http:// www.agedordefrance.com](http://www.agedordefrance.com) – E-mail : agedor@agedordefrance.com