

FAMILLES DE FRANCE PARIS 15

Adresse postale : 65 rue de la Fédération - 75015 Paris tel : 06 86 10 70 28 - courriel : famillesparis15@outlook.fr site : www.paris15.familles-de-france.org Membre actif de l'UDAF de Paris - Présidente : Marcelle Bemon

Objet: Accueillir, soutenir, aider et valoriser l'engagement des familles dans les domaines de l'éducation, de la santé, de la consommation et du logement. Favoriser l'accès des familles à la culture.

Activités :

- **entraide services** : communication familiale, café des parents, défense du consommateur, micro crédit personnel, surendettement, stages de formation
- **manuelles** : ateliers tricot, patchwork, couture
- **culturelles, loisirs** : cours d'anglais, d'espagnol. Visites de musées, opéra, concerts, théâtre, Family randos dans le 15ème
- **sport** : Marche nordique

FOYER DE GRENELLE 17 Rue de l'Avre 75015 PARIS - 01.45.79.81.49

Métro La Motte-Picquet – Grenelle www.foyerdegrenelle.org

Téléphone portable ou tablette,

mais vous ne savez pas vous en servir ?
Vous souhaitez découvrir ce qu'est une tablette ?

Rendez-vous au Café numérique !

Au programme :

- *Accompagnement personnalisé à partir de vos besoins sur votre appareil*
- *Aides pour vos démarches en ligne sur votre appareil*
- *Possibilité d'apprentissage à l'utilisation d'une tablette spécialement conçue pour les seniors*

Chaque vendredi de 16h00 à 18h00

à partir du 15 mars

Espace café du Foyer de Grenelle

Café-seniors

Vous êtes une personne à la retraite et vous souhaitez faire des rencontres ?

Rendez-vous au Café-seniors !

Au programme :

- ☑ *Moment convivial autour d'un café ou d'un thé*
- ☑ *Rencontres, échanges, débats*
- ☑ *Jeux de société*
- ☑ *Activités manuelles et artistiques*

Chaque vendredi de 14h00 à 16h00

à partir du 15 mars

Vous aimez lire, écouter ou partager des textes ?

Le Cercle de lecture est fait pour vous !

Animation et coordination assurées par des conseillers professionnels de : Parcours vers l'emploi, Mirp Grenelle
<http://parcoursverslemploi.org/> Tél : 01 45 79 96 97

"TROC - IDEES " _EMPLOI

Venez Echanger et Partager

☐ **Projets professionnels, - Création d'entreprises - CV, offres d'emploi, - Tuyaux et Espoirs...**

chaque mercredi de 10 h à 12 h00

salle C3, 1er étage, bâtiment au fond de la cour (métro : la Motte-Picquet-Grenelle) - Accès libre, sans rendez-vous

Ouvert à toute personne. en recherche d'emploi ou en réflexion professionnelle. Cadre et non-cadre



**Parce que le sport est un levier d'insertion unique,
Up Sport !, association à but non lucratif, en a fait son credo.**

*Active depuis un peu plus de deux ans dans le sud-ouest parisien et plus particulièrement le 15^e arrondissement, **Up sport ! Unis pour le sport** a pour mission la mobilisation des ressources nécessaires à la pratique du sport comme outil d'intégration sûre et harmonieuse de publics en fragilité sociale (sans abri, migrants, réfugiés, demandeurs d'asile...).*

L'association compte actuellement près de soixante-dix adhérents dont 60 personnes en fragilité. Celles-ci viennent pour la plupart d'autres structures solidaires (La Bagagerie d'Antigel, l'association Aurore, Depaul, Le Fleuron de l'Ordre de Malte France, l'Œuvre Falret, ...), mais pas seulement.

« Chez Up Sport, on transforme la sueur en bonne humeur ! »

8 activités hebdomadaires régulières diverses et variées sont proposées : footing et marche sportive, crossfit et cardio boxing, gym douce, natation, zumba, futsal, basket, badminton. D'autres activités (tir à l'arc, gateball...) ont lieu plus ponctuellement grâce à des clubs sportifs comme les Archers des 3 Lys ou France Maillet, sensibles au projet de l'association.

Up Sport ! dispose de 3 créneaux au gymnase Suzanne-Lenglen et d'une session à la Maison communale du 15^e.

L'activité de l'association repose uniquement sur ses bénévoles,

pour la plupart sportifs chevronnés ou coaches. Ces derniers mettent leur énergie, leur implication et leur bienveillance au service d'autrui, en s'évertuant à créer du lien social. La plus belle récompense de l'association ? Voir les participants s'épanouir, les sourires nombreux, les remerciements et une assiduité bien supérieure à ce que l'on attendrait d'une population en fragilité.

Contact : Karine Pradier 06 32 35 68 07 <http://www.unispourlesport.paris/>