

Livret des ateliers *loisirs* des Papillons blancs de Paris



2021-2022



Les
Papillons blancs
de Paris

version du 21 septembre 2021

Avec la personne handicapée
mentale et sa famille



L'association des **Papillons blancs de Paris** défend les intérêts des personnes en situation de handicap mental/cognitif et de leurs familles depuis plus de 70 ans.

Elle **propose** une écoute individuelle, une aide à la constitution de dossiers et à la résolution de situations complexes, un service d'accompagnement dans les différents trajets parisiens, ...

La conquête de l'autonomie passe par le développement des compétences et des capacités. Dans cette perspective, l'association **propose** des **ateliers de loisirs** présentés dans ce livret et prend en charge une grande partie de leur coût.

VOUS AVEZ UNE QUESTION ?

Contactez-nous

Les Papillons blancs de Paris
85, rue La Fayette 75009 Paris
01 42 80 44 43
contact@papillonsblancsdeparis.fr
www.lespapillonsblancsdeparis.fr



Les Papillons blancs de Paris





SOMMAIRE

Apprentis piétons.....	P. 6
L'atelier du lundi.....	P. 7
Club informatique.....	P. 8
Consolider ses acquis et culture générale.....	P. 9
De fil en aiguille.....	P.10
Je joue aux échecs.....	P.11
La cabane des Papillons.....	P.12
Les Papillons créatifs.....	P.13
Les Papillons danseurs.....	P.14
Les Papillons en cuisine.....	P.15
Les Papillons enchantés.....	P.16
Les Papillons percussionnistes.....	P.17
Les Papillons photographes (rive gauche).....	P.18
Les poètes photographes (rive droite).....	P.19
Les poètes de l'aventure.....	P.20
Libre comme un Papillon - Estime de soi.....	P.21
Loisirs du 15^e.....	P.22
Tablettes informatiques.....	P.23
Slam.....	P.24
Yoga et peinture émotionnelle.....	P.25
Groupe de paroles pour aidants.....	P.26-27
Clubs des associations associées et partenaires.....	P.28
Personimages.....	P.29
Club Espoir Avenir.....	P.30
Je fais du sport.....	P.31
SALM.....	P.32
Bahamas.....	P.33
Les Dauphins du 15e.....	P.34
ASALP.....	P.35
SASEP	P.36

Ateliers de loisirs des Papillons blancs de Paris

Pour s'inscrire :

Par mail : ateliers@papillonsblancsdeparis.fr

Par téléphone : 01 42 80 44 43

Fonctionnement des ateliers :

- Les ateliers fonctionnent de septembre à juin, **sauf vacances scolaires.**
L'adhésion aux Papillons blancs de Paris est obligatoire, elle couvre l'assurance pour toutes les activités. Montant : 80€ par an (reçu fiscal)
- Une session d'essai gratuite est toujours proposée.
- Participation financière annuelle, possibilité de payer en 3 fois.
- La PCH peut apporter une aide pour financer votre participation financière. Venez nous rencontrer, nous pouvons vous conseiller.

Clubs de loisirs et sports adaptés des associations associées aux Papillons blancs de Paris

Présentation à partir de la page 29



Apprentis piétons

Quoi ?	Apprendre à se déplacer dans la rue en toute sécurité, appréhender les nouveaux dangers de la rue (trottinettes, pistes cyclables...), savoir se repérer dans son quartier, aller d'un lieu à un autre, prendre le métro.
Où ?	Salle Belle Dame – au fond de la cour 85 rue La Fayette 75009 Paris métro Poissonnière – ligne 7 Code porte : 12369
Quand ?	Un samedi sur deux de 13h30 à 15h30, sauf vacances scolaires
Pour qui ?	Adolescents et adultes
Participants ?	5 participants
Combien ?	150€/an
Comment ?	S'inscrire : par mail : ateliers@papillonsblancsdeparis.fr par téléphone : 01 42 80 44 43

L'atelier du lundi



Quoi ?	Moment de rencontres, d'échanges, de rires, autour de jeux de société, de cartes, d'activités créatives et manuelles... et d'un goûter.
Où ?	89, rue Mademoiselle 75015 Paris métro Vaugirard – ligne 12 métro Commerce – ligne 8 métro Cambronne – ligne 6
Quand ?	Le lundi de 14h30 à 17h30, sauf vacances scolaires
Pour ?	Adolescents, adultes
Participants ?	8 participants
Combien ?	30€/an
Comment ?	S'inscrire : par mail : ateliers@papillonsblancsdeparis.fr par téléphone : 01 42 80 44 43



Club informatique

Quoi ?	Apprendre à se servir d'un ordinateur, à naviguer sur Internet, à créer des diaporamas photos, des montages vidéos, à rechercher de la musique, etc....
Où ?	89 rue Mademoiselle, 75015 Paris métro Vaugirard – ligne 12 métro Commerce – ligne 8 métro Cambronne – ligne 6
Quand ?	Le mercredi de 10h à 12h, 13h à 15h, 15h à 17h et 17h à 19h Le jeudi de 10h30 à 12h30, 14h30 à 16h30 et 16h30 à 18h30 Le vendredi de 10h à 12h, 14h à 16h et 16h à 18h Le samedi de 10h à 12h (Sauf vacances scolaires)
Pour qui ?	Enfants, adolescents, adultes
Participants ?	Groupe de 7 personnes par session de 2h
Combien?	360€/an
Comment ?	S'inscrire : par mail : ateliers@papillonsblancsdeparis.fr par téléphone : 01 42 80 44 43

**Consolider ses acquis
et sa culture générale**



Quoi ?

Consolider ses acquis et bien les utiliser, comprendre l'actualité et développer ses savoirs.

Où ?

89 rue Mademoiselle, 75015 Paris
 métro Vaugirard – ligne 12
 métro Commerce – ligne 8
 métro Cambronne – ligne 6

Quand ?

Les mardis de 17h à 19h

Pour qui ?

Adultes

Participants ?

9 participants

Combien ?

2€/session

Comment ?

S'inscrire :

par mail : ateliers@papillonsblancsdeparis.fr

par téléphone : 01 42 80 44 43



De fil en aiguille

Quoi ?	Couture, réalisation d'objets (tablier, sac, pochette, etc.).
Où ?	16 rue du Moulin des Prés, 75013 Paris métro Place d'Italie – ligne 5, 6 ou 7 métro Corvisart – ligne 6
Quand ?	Deux jeudis par mois de 16h à 18h, sauf vacances scolaires
Pour qui ?	Adultes
Participants ?	6 participants
Combien ?	75€/an (matériel fourni, grand choix de tissus).
Comment ?	S'inscrire : par mail : ateliers@papillonsblancsdeparis.fr par téléphone : 01 42 80 44 43

Je joue aux échecs



Quoi ?	Jeu d'échecs selon la méthode adaptée par « Le jeu de l'école 64 »
Où ?	89 rue Mademoiselle, 75015 Paris métro Vaugirard ligne 12 métro Commerce – ligne 8 métro Cambronne – ligne 6
Quand ?	Le mercredi de 17h à 18h30 (sauf vacances scolaires)
Pour qui ?	A partir de 12 ans
Participants ?	7 participants
Combien ?	160€/an
Comment ?	S'inscrire : par mail : ateliers@papillonsblancsdeparis.fr par téléphone : 01 42 80 44 43



La cabane des
Papillons

Quoi ?

Favoriser l'expression personnelle et expérimenter de nombreuses formes de créations artistiques : dessin, peinture, sculpture, modelage, photo, multimédia, théâtre, conte, musique...

Où ?

Salle Belle Dame – au fond de la cour
85 rue La Fayette 75009 Paris
 métro Poissonnière – ligne 7
Code porte : 12369

Quand ?

Les mercredis, de 14h à 17h, sauf vacances scolaires

Pour qui ?

Pour les 7-14 ans

Participants ?

7 participants

Combien ?

150€/an

Comment ?

S'inscrire :

par mail : ateliers@papillonsblancsdeparis.fr
par téléphone : 01 42 80 44 43

Les Papillons créatifs



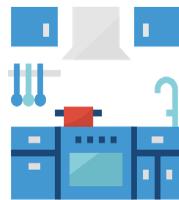
Quoi ?	Arts appliqués (peinture, gravure, modelage), visites d'expositions, ateliers en musée.
Où ?	5-7 rue Pali-Kao 75020 Paris métro Couronnes – ligne 2
Quand ?	Un samedi sur deux de 10h à 12h ou de 14h à 16h, sauf vacances scolaires 2 sorties par an.
Pour qui ?	Adolescents, adultes
Participants ?	6 participants
Combien ?	100€/an
Comment ?	S'inscrire : par mail : ateliers@papillonsblancsdeparis.fr par téléphone : 01 42 80 44 43



Les Papillons danseurs

Quoi ?	Danses du monde, mélange des styles et des approches (relaxation, danse contemporaine, chorégraphie,...). Idéal pour conserver, retrouver et entretenir la mobilité, stimuler la créativité et faire sourire.
Où ?	Couleurs Brazil 20 rue du Borrégo, 75020 Paris métro Télégraphe – ligne 11 métro Saint Fargeau – ligne 3bis
Quand ?	Deux dimanches par mois 14h30 à 17h30, sauf vacances scolaires.
Pour qui ?	Adolescents à partir de 15 ans et adultes
Participants ?	12 participants
Combien ?	150€/an
Comment ?	S'inscrire : par mail : ateliers@papillonsblancsdeparis.fr par téléphone : 01 42 80 44 43

Les Papillons en cuisine



Quoi ?	Apprendre à composer un menu simple, sain et délicieux. Faire les courses sur le marché et dans des petits magasins de quartier, cuisiner, découvrir de nouvelles saveurs... Et déguster dans la bonne humeur et le partage !
Où ?	16 rue du Moulin des Prés, 75013 Paris métro Place d'Italie – ligne 5, 6 ou 7 métro Corvisart – ligne 6
Quand ?	Un dimanche sur deux de 10h à 14h, sauf vacances scolaires
Pour qui ?	Adolescents et adultes
Participants ?	7 participants
Combien ?	360€/an
Comment ?	S'inscrire : par mail : ateliers@papillonsblancsdeparis.fr par téléphone : 01 42 80 44 43



Les Papillons
enchantés

Quoi ?

On chante, on joue avec sa voix, on apprend à rythmer, on fait des percussions avec son corps.

Où ?

Salle Belle Dame – au fond de la cour
85 rue La Fayette 75009 Paris
 métro Poissonnière – ligne 7
Code porte : 12369

Quand ?

Les lundis de 17h30 à 19h, sauf vacances scolaires

Pour qui ?

A partir de 16 ans

Participants

20 participants

Combien ?

390€/an

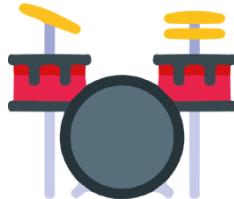
Comment ?

S'inscrire :

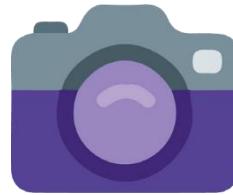
par mail : ateliers@papillonsblancsdeparis.fr

par téléphone : 01 42 80 44 43

Les Papillons percussionnistes



Quoi ?	Découvrir différents univers musicaux et jouer avec des objets qui résonnent quand on les frappe, les frotte, les gratte, les agite.
Où ?	Centre d'animation de Reuilly 19 rue Antoine-Julien Hénard 75012 Paris Métro Montgallet – ligne 8
Quand ?	Un samedi sur deux, sauf vacances scolaires Débutants : 12h30 à 14h Intermédiaires : 14h à 15h30 ou 15h30 à 17h
Pour qui ?	Adolescents, adultes
Participants ?	15 participants
Combien ?	150€/an
Comment ?	S'inscrire : par mail : ateliers@papillonsblancsdeparis.fr par téléphone : 01 42 80 44 43



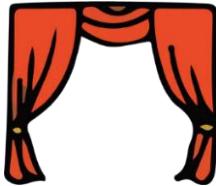
Les Papillons
photographes
Rive gauche

Quoi ?	Découverte de la photographie avec une professionnelle. Apprendre à saisir l'instant présent, à zoomer, à capter le petit détail, à immortaliser un sourire, une scène....
Où ?	16 rue du Moulin des Prés, 75013 Paris métro Place d'Italie – ligne 5, 6 ou 7 métro Corvisart – ligne 6
Quand ?	Le samedi de 10h à 12h, sauf vacances scolaires
Pour qui ?	A partir de 16 ans
Participants(s)	8 participants
Combien ?	390€/an
Comment ?	S'inscrire : par mail : ateliers@papillonsblancsdeparis.fr par téléphone : 01 42 80 44 43

**Les Papillons
photographes**
Rive droite



Quoi ?	Découverte de la photographie avec une professionnelle. Apprendre à saisir l'instant présent, à zoomer, à capturer le petit détail, à immortaliser un sourire, une scène....
Où ?	Salle Belle Dame – au fond de la cour 85 rue La Fayette 75009 Paris métro Poissonnière – ligne 7 Code porte : 12369
Quand ?	Le vendredi de 16h à 18h, sauf vacances scolaires
Pour qui ?	A partir de 16 ans
Participants ?	8 personnes
Combien ?	390€/an
Comment ?	S'inscrire : par mail : ateliers@papillonsblancsdeparis.fr par téléphone : 01 42 80 44 43



Les poètes de
l'aventure

Quoi ?	Un projet théâtral pour mieux se faire confiance, s'estimer capable de..., et se découvrir un potentiel
Où ?	Couleurs Brazil 20 rue Borrégo, 75020 Paris métro Télégraphe, ligne 11 métro Saint Fargeau, ligne 3bis
Quand ?	Deux dimanches par mois, de 14h à 17h, sauf vacances scolaires
Pour qui ?	Adultes
Participants ?	20 participants
Combien ?	100€/an
Comment ?	S'inscrire : par mail : ateliers@papillonsblancsdeparis.fr par téléphone : 01 42 80 44 43

Libre comme un
Papillon
Estime de soi



Quoi ?	Développer une grande confiance en soi, dépasser des obstacles. Travailler les dialogues, les postures, les sourires, les comportements, pour aller au-devant des autres et parler de soi.
Où ?	89 rue Mademoiselle, 75015 Paris métro Vaugirard – ligne 12 métro Commerce – ligne 8 métro Cambronne – ligne 6
Quand ?	Les vendredis de 14h à 16h ou de 16h à 18h, sauf vacances scolaires
Qui ?	Adolescents et adultes
Participants ?	6 participants
Combien ?	300€/an
Comment ?	S'inscrire : par mail : ateliers@papillonsblancsdeparis.fr par téléphone : 01 42 80 44 43



Loisirs du 15ème

Quoi ? Sorties culturelles et balades dans Paris.

Où ? 89 rue Mademoiselle, 75015 Paris
 métro Vaugirard – ligne 12
 métro Commerce – ligne 8
 métro Cambronne - ligne 6

Quand ? Un dimanche par mois de 14h à 17h30,
 sauf vacances scolaires

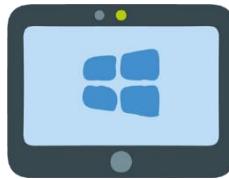
Qui ? Adultes

Participants ? 10 participants

Combien ? 5€ pour l'après-midi

Comment ? S'inscrire :
 par mail : ateliers@papillonsblancsdeparis.fr
 par téléphone : 01 42 80 44 43

Tablettes informatiques



Quoi ?

Découvrir et/ou progresser dans l'usage de la tablette informatique Android ou IPad.

Devenir plus autonome dans ses démarches, accéder à plus d'applications et de jeux.

Où ?

Salle Belle Dame – au fond de la cour
85 rue La Fayette 75009 Paris
métro Poissonnière – ligne 7
Code porte : 12369

Quand ?

Un samedi sur deux de 16h à 18h, sauf vacances scolaires

Pour qui ?

Adolescents et adultes

Participants ?

6 participants

Combien ?

150€/an

Comment ?

S'inscrire :

par mail : ateliers@papillonsblancsdeparis.fr

par téléphone : 01 42 80 44 43



Slam

Quoi ?

On crée avec le langage et on joue avec les mots en poésie !
Que l'on sache ou non lire, écrire, l'atelier slam permet de développer son vocabulaire, la formulation de ses idées et la confiance en soi.

Où ?

16 rue du Moulin des Prés, 75013 Paris
 métro Place d'Italie – ligne 5, 6 ou 7
 métro Corvisart – ligne 6

Quand ?

Un samedi sur deux de 15h30 à 17h30
(sauf vacances scolaires)

Pour qui ?

Adolescents à partir de 13 ans, adultes

Participants ?

8 participants

Combien ?

300€/an

Comment ?

S'inscrire :

par mail : ateliers@papillonsblancsdeparis.fr
par téléphone : 01 42 80 44 43

Yoga et peinture émotionnelle



Quoi ?	Pratiquer le yoga en suivant le rythme d'une histoire, se recentrer sur ses sensations. Puis laisser ses émotions parler pour créer un dessin tous ensemble.
Où ?	89 rue Mademoiselle, 75015 Paris métro Vaugirard – ligne 12 métro Commerce – ligne 8 métro Cambronne – ligne 6
Quand ?	Un samedi sur deux de 14h à 17h, hors vacances scolaires
Pour qui ?	7 participants
Combien ?	360€/an
Comment ?	S'inscrire : par mail : ateliers@papillonsblancsdeparis.fr par téléphone : 01 42 80 44 43



GROUPE DE PAROLES

Ce groupe, constitué de 8 à 10 parents ou proches, est animé par un(e) psychologue.

Une présence régulière est demandée.

Groupe de paroles



Où ?	Salle Belle Dame – au fond de la cour 85 rue La Fayette 75009 Paris métro Poissonnière – ligne 7 Code porte : 12369
Quand ?	Un mardi par mois de 19h à 21h, sauf vacances scolaires
Pour qui ?	Adultes
Participants ?	10 participants
Combien ?	Offert par les Papillons blancs de Paris
Comment ?	S'inscrire : par mail : ateliers@papillonsblancsdeparis.fr par téléphone : 01 42 80 44 43

Fonctionnement des clubs Loisirs et sports adaptés des associations associées aux Papillons blancs de Paris

Ces activités sportives et de loisirs sont gérées indépendamment des Papillons blancs de Paris : veuillez-vous adresser directement aux associations associées.

Descriptif pages suivantes



Personimages

Quoi ?

Ateliers à Paris tous les jours en semaine :

- « Contes et merveilles »
- « Musique et danse »
- « Peinture-arts plastiques »
- « Théâtre »
- « Atelier infographie »
- « Mosaïque – Modelage »
- « Musique »

Quand ?

Stages pendant les vacances scolaires

Horaires selon planning

Où ?

91 rue Vercingétorix, 75014 Paris

100 rue de Charenton, 75012 Paris

1 rue Prokofiev, 75016 Paris

Pour qui ?

Adolescents, adultes

Combien ?

1 atelier de 2h : 165€ par trimestre

1 atelier de 1h : 125€ par trimestre

Adhésion annuelle : 50€ (reçu fiscal)

Comment ?

Sur inscription en contactant Personimages

sur www.personimages.org ou par mail à

secretariat@personimages.org Tél : 01 45 41 34 44

Club Espoir Avenir

Quoi ?	Loisirs et sorties culturelles (découvertes, arts et musées, concerts, cinéma...).
Où ?	5 place André Masson, 75013 Paris (accès par la rue Vandrezanne) métro Place d'Italie, ligne 5, 6 et 7
Quand ?	Selon calendrier et programme disponible En contactant Hervé HEULOT
Pour qui ?	Jeunes adultes, adultes
Combien ?	Tarif selon la sortie
Comment ?	En contactant Hervé HEULOT : mail : hheulot.cea@noos.fr tél : 01 74 61 31 81 ou 06 63 88 31 81



Je fais du sport

Quoi ?	Séances de football en salle, dans un cadre de loisirs
Où ?	Le Five 25 rue Sadi Carnot 93300 Aubervilliers
Quand ?	Deux dimanches par mois, de 14h à 16h
Qui ?	Adolescents et adultes
Combien ?	230€/an (+30€ la licence)
Comment ?	Inscription à l'année
Animateur	Julien MONNIER – Coach sportif
Responsable	Alfred COHEN Tél : 06 25 02 24 43 footballpourtous1@gmail.com

SALM

SPORT ADAPTÉ ET LOISIRS
DE MONTMARTRE



Qui ?

Club omnisport proposant des activités adaptées en gymnase et en piscine.

Participation à des rencontres et compétitions sportives.

Sorties loisirs/culturelles.

Où ?

Gymnase et piscine Bertrand Dauvin

12 rue René Binet – 75018 Paris

Métro Porte de Clignancourt, ligne 4

Quand ?

Piscine : 2 fois/mois, le samedi de 11h à 12h

Gymnase : 2 fois/mois, le dimanche de 14h à 16h30

Pour qui ?

Adolescents et adultes aimant la pratique sportive en groupe

Combien ?

110€/an pour une activité, gymnase ou piscine

120€/an pour les deux activités

Comment ?

Sur inscription :

pour tous : certificat médical

pour les mineurs : autorisation parentale

Responsable

Yves BERGERET Tél : 01 42 63 44 37

salmontmartre@orange.fr



Bahamas

Quoi ?

Un club de natation pour aider les personnes handicapées à s'épanouir en milieu aquatique

Où ?

Piscine Alfred Nakache
4-12, rue Dénoyez, 75020 Paris
métro Belleville – lignes 2 et 11

Piscine Cour des lions
11 rue Alphonse Baudin, 75011 Paris
Métro Richard Lenoir, Oberkampf, Saint Ambroise –
Lignes 5, 8 et 9

Quand ?

Le mardi soir, de 18h à 20h, à la piscine Alfred Nakache
Le jeudi soir, de 19h à 20h, à la piscine Cour des lions

Pour qui ?

Les enfants de plus de 7 ans et les adultes

Combien ?

250€/an pour un cours par semaine, psychomotricité et petite nage
280€/an pour deux cours/semaine, pour les nageurs de compétition

Comment ?

Sur inscription

Responsable

Jean-Jacques POULAIN Tél : 06 74 37 64 40
jeanjacques.poulain@gmail.com

Les Dauphins du 15e



Quoi ?	Club de natation pour les adultes. Il faut être adhérent de la Fédération Française de Sport Adapté (FFSA)
Où ?	Piscine de la Plaine 13 rue du Général Guillaumat, 75015 Paris métro Porte de Versailles, ligne 12
Quand ?	Le lundi, de 17h30 à 18h45, sauf vacances scolaires
Pour qui ?	Adultes
Combien ?	Cotisation annuelle de 145€/an, comprenant la licence et l'assurance de la Fédération Française de Sport Adapté
Comment ?	Inscription à l'année
Responsable	Huguette DORADOUX Tél : 01 46 44 37 20 hugdoradoux@orange.fr



ASALP

Quoi ?

De l'athlétisme, du football, du basket-ball, du hand-ball, du badminton, du tennis de table, de la gymnastique....

Où ?

Stade Max

30 rue André Bréchet, 75017 Paris

Quand ?

Tous les samedis après-midi de 14h à 16h30, hors vacances scolaires

Qui ?

A partir de 14 ans, adolescents et jeunes adultes ayant une assez bonne autonomie physique.

Combien ?

140€/an comprenant l'activité sportive et une collation en fin de cours

Comment ?

Prendre RDV au stade pour une séance d'essai (venir en tenue de sport).

Ensuite confirmer l'inscription avec un certificat médical, une attestation d'assurance responsabilité civile et le règlement de la cotisation.

Responsable

Gisèle LOUIS Tél : 06 22 64 19 13

association.asalp@gmail.fr

SASEP

SPORT ADAPTÉ DU SUD-EST PARISIEN



Quoi ?	Club de natation pour jeunes
Où ?	Piscine de la Butte aux Cailles 5, place Paul Verlaine, 75013 PARIS
Quand ?	Tous les samedis matin de 8h30 à 10h, hors vacances scolaires
Qui ?	Jeunes de 6 à 21 ans avec déficience mentale
Combien ?	Cotisation de 246€/an comprenant la licence FFSA
Comment	Via le site www.sasep.net



Vous avez une nouvelle proposition d'atelier loisirs ?

N'hésitez pas à nous contacter
au 01 42 80 44 43 ou par mail à
contact@papillonsblancsdeparis.fr

Nous pouvons, avec vous, la mettre en œuvre.

**Vous souhaitez devenir bénévole à un atelier
loisirs ??**

Nous sommes toujours à la recherche de
nouveaux bénévoles.

N'hésitez pas à nous contacter
au 01 42 80 44 43 ou par mail à
contact@papillonsblancsdeparis.fr



MES NOTES



MES NOTES



Les Papillons blancs de Paris

85 rue La Fayette

75009 Paris

métro Poissonnière - ligne 7

01 42 80 44 43

contact@papillonsblancsdeparis.fr
www.lespapillonsblancsdeparis.fr



Avec la personne handicapée
mentale et sa famille