



FRANCE
PARKINSON

Libérons le mouvement

Octobre 2025

Comité 93 – Actualités

Ecoute

Solidarité

Participation

Disponibilité

Inclusion

Le comité 93 lance les activités de la saison 2025-2026

Bienvenue au Comité de la Seine-Saint-Denis. De nouvelles activités sont proposées aux adhérents, aussi bien pour les malades que pour leurs aidants. N'hésitez pas à nous rejoindre pour partager avec nous de bons moments.



@undraw

EDITO

Le **Comité 93 France Parkinson** est constitué de personnes bénévoles et motivées par l'organisation d'activités accessibles aux malades et à leurs aidants.

La pratique d'activités proposées, encadrées par des professionnels formés pour la maladie de Parkinson, a une réelle action thérapeutique.

Notre objectif est de vous accompagner pour que vous retrouviez plaisir, confiance en soi, créativité, équilibre (physique et moral); tout en partageant des moments de convivialité, d'échanges, de soutien et d'entraide.

Que vous soyez malade ou aidant, n'hésitez pas à nous contacter pour en savoir plus sur nos activités.

Comité 93 France Parkinson

QI GONG

Le mardi
de 16h15 à 17h45
à Bobigny

L'atelier de Qi Gong aura lieu le mardi de 16h15 à 17h45 (tous les 15 jours hors vacances scolaires) à l'hôpital Avicenne de Bobigny (Espace de soins Martine Midy - Bâtiment D.Larrey entre les portes 1 et 2) à partir du 18 novembre.

L'atelier est animé par Patricia Troadec.

L'atelier est pour 10-12 participants.

Le tarif est de 80€/an (avec subvention du département).

Contact :
comite93@franceparkinson.fr
ou 06 68 83 85 11

PING PONG

Le mardi
de 10h00 à 11h30
à Montreuil

L'atelier Ping Parkinson a lieu le mardi de 10h00 à 11h30 à l'Elan Sportif de Montreuil (ESDM), 21 Rue Emile Zola.

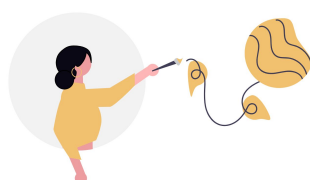
Il est animé par Walid EL ASRI, Educateur Activités Physiques Adaptées.

L'atelier est pour 12 participants

Le tarif est de 100 € / an à régler au Club 1 séance d'essai gratuite.

Contact :

Marie-Claire
mcv75013@hotmail.fr ou
06 24 56 45 35
comite93@franceparkinson.fr
ou 06 68 83 85 11





FRANCE
PARKINSON

Libérons le mouvement

Le Comité 93 est à votre écoute :
01 45 20 99 00 Lundi (10h00- 12h00),
mercredi (14h30-16h30)

DANSE

**Le mercredi
de 11h15 à 12h45
à Bobigny**

L'atelier Mouvement par la danse a lieu le mercredi de 11h15 à 12h45 à l'hôpital Avicenne de Bobigny (Espace de soins Martine Midy).

Il est animé par Caroline Florentin et Lison Lemagueresse en alternance une semaine sur deux. L'atelier est pour 12-13 participants.

Le tarif est de : 80 euros /an (avec subvention du département).

Contact : Yves Petitpas
yves.petitpas30@orange.fr ou
06 67 76 30 22
comite93@franceparkinson.fr
ou 06 68 83 85 11

**Le jeudi
de 14h30 à 16h30
à Montreuil**

L'atelier Mouvement par la danse aura lieu le jeudi de 14h30 à 16h30 à la Maison de Quartier des Ramenas, 149 rue Saint-Denis à Montreuil à partir du 8 novembre.

Séance de démonstration le jeudi 9 octobre 2025 (de 14h à 16h).

Il est animé par Johanna et André

Pris en charge par le CFPPA

Contact : Barbe Marion
marion.barbe@montreuil.fr -
06 23 25 15 71

MARCHE

**Le samedi
de 14h00 à 17h00
sur site**

L'atelier Le groupe Marche Randonnée a lieu le samedi de 14h à 17h une fois par mois sur le territoire du département de la Seine-Saint-Denis dans des lieux différents.

La prochaine Marche Randonnée aura lieu le samedi 11 octobre à 14h à la découverte du Parc forestier de la Poudrerie à Sevran. Le RDV est fixé au parking Porte ouest (golf de Sevran). Deux parcours suivant ses capacités :

1) Le tour du Parc, 4 Km , 1h15 , chemins accessibles PMR. (pièce jointe n°1)

2) PR 17 de la FF Rando 93 : 7 Km , 2h , mélange de chemins forestiers et de chemins aménagés. (pièce jointe n°2)

Prévoir une tenue adaptée à la météo. Possibilité de collation de l'amitié à l'arrivée au club house du golf.

Le groupe est animé par Luc, Denis et Philippe.

Contact :
denis.not@wanadoo.fr ou
06 98 98 94 69



DJEMBE

**Le jeudi
de 14h00 à 16h00 à
Noisy-le-Sec**

L'atelier de Djembé aura lieu le jeudi de 14h00 à 16h00 (tous les 15 jours hors vacances scolaires) à Noisy-le-Sec (Salle Charlie Chaplin 34 rue Moissan) (date à confirmer en novembre).

L'atelier est animé par Malika Abbès.

L'atelier est pour 10 participants.

Le tarif est de : 50€/an (avec subvention du département)

Contact :
comite93@franceparkinson.fr
ou 06 68 83 85 11

Groupe de parole aidants

Les participants peuvent partager leurs expériences et bénéficier de conseils adaptés afin d'accompagner au mieux la personne malade tout en se préservant.

Le Groupe de parole pour les aidants a lieu le mercredi 17h - 19h (une fois par mois), Salle Vaillant Couturier 51 rue Paul Vaillant Couturier à Noisy le Sec à partir du 15 octobre. Il est animé par Luc et Denis.

Contact :
comite93@franceparkinson.fr ou 06 68 83 85 11

**Pour toute information, contactez Michèle ROUX -
Déléguée 93 - France Parkinson - 06 68 83 85 11**
Consultez le site internet : <https://www.franceparkinson.fr> - Comité 93