

# Programme des clubs séniors

CLUB	Date	Horaire	Thème
Cléry	Lundi 3	10h30	Ateliers interactifs sur « le mieux manger »
Au Maire	Mardi 4	14h	Karaoké
Madeleine Béjart	Mercredi 5	10h30	Jeux de mémoire
Madeleine Béjart	Mercredi 5	14h30	Atelier d'initiation au théâtre <b>nouveau</b>
Jardin des Halles	Jeudi 6	14h30	Fitness boxe
Cléry	Jeudi 6	10h30	Conférence « Paris protège » sur les arnaques et abus présentée par la Police
Au Maire	Lundi 10	10h	Atelier tricot et couture
Petit rémouleur	Mardi 11	14h30	Atelier sophrologie
Au Maire	Mercredi 12	15h	Conférence sur Elvis Presley avec Artora
Cléry	Lundi 17	10h30	Programme d'activité physique adaptée « APA d'âge pour boxer » (Sur inscription)
Ave Maria	Mercredi 18	10h	Atelier modelage
Au Maire	Mardi 25	14h	Bridge
Jardin des Halles	Vendredi 28	10h	Randonnée dans le 19e

## Modalités d'inscription

Les clubs sont ouverts aux parisien.nes, préretraité.es et retraité.es à partir de 55 ans, ou en situation de handicap, du lundi au vendredi. Inscriptions et renseignements dans chaque club. La carte d'adhérent est remise gratuitement : prévoir 2 photos, 1 justificatif de domicile, 1 justificatif de retraite, 1 certificat médical (pour les activités sportives) et 1 pièce d'identité. La carte doit être présentée sur simple demande du personnel de la Direction des Solidarités.



Se divertir | Apprendre | Se rencontrer

#### Activités physiques



	CLUBS	JOUR et horaires	
Danse	Cléry	Jeudi 10h30-11h30	<b>nouveau</b>
Fitness boxe	J des Halles	Jeudi 14h30-15h30	
Marche rapide	Cléry	Jeudi 14h30-14h30	
Randonnées	Au Maire	Une fois par mois	

#### Activités multimédia



sur inscription

	CLUBS	JOUR et horaires
Cours informatique	Au Maire	Mardi 14h30-17h
Cours informatique	J des Halles	Mercredi 14h30-17h
Initiation informatique	Au Maire	Jeudi 10h30-12h
Accès aux Ordinateurs	Au Maire	Du lundi au vendredi de 10h à 17h

#### Activités manuelles



	CLUBS	JOUR et horaires
Tricots et coutures	Au Maire	Lundi 14h-17h
Atelier manuel	Ave Maria	Lundi de 10h-12h Mercredi 10h-12h
Atelier manuel	Petit Rémouleur	Jeudi à partir de 15h30
Atelier écriture	Petit Rémouleur	Mardi à partir de 15h45
Peinture	Au Maire	Mardi 10h-12h
Peinture	J des Halles	Mardi 14h-17h
Peinture	Cléry	Mercredi & vendredi 10h-12h

#### Jeux de société



	CLUBS	JOUR et horaires	
Tarot	Cléry	Mercredi & Vendredi 14h-17h	
Billard	Au Maire	Mardi & Jeudi 14h30-17h	
scrabble	Madeleine Béjart	Vendredi 14h-17h	
Jeux de société	Au Maire	Vendredi 14h-17h	<b>nouveau</b>
Bridge	Au Maire	Mardi 14h-17h	
Initiation tarot	Madeleine Béjart	Lundi 14h-17h	
Uno	Au Maire	Vendredi 14h-17h	
Jeux de cartes	J des Halles	Mardi 14h-17h	
Jeux de société	J des Halles	Jeudi 10h30-11h30	

#### Activités prévention santé



	CLUBS	JOUR et horaires	
Auto massage	Au Maire	Mardi 10h30-11h30	
Auto massage	Madeleine Béjart	Jeudi 11h-12h	
Jeux mémoire	Madeleine Béjart	Mercredi 10h-12h	
Jeux mémoire	Au Maire	Mercredi 14h-17h	
« Mangeons mieux »	J des Halles	Lundi 10h30-11h30	<b>nouveau</b>

#### Activités culturelles



sur inscription

	CLUBS	JOUR et horaires	
Anglais	Au Maire	Lundi 14h30-16h	
Atelier d'écriture	Petit Rémouleur	Mardi 15h45-17h	<b>nouveau</b>
Atelier théâtre	Madeleine Béjart	Mercredi 14h30-17h	<b>nouveau</b>
Karaoké	Au Maire	Mardi 14h-17h	

#### Club Jardin des Halles

8, rue des Prouvaires 75001 Paris  
Tél 01 40 13 96 87  
[Dsol-Clubs-Pariscentre@paris.fr](mailto:Dsol-Clubs-Pariscentre@paris.fr)  
Bus 21, 67, 69, 74, 81, 87  
Métro Châtelet-les-Halles, Louvre Rivoli, Pont-neuf



#### Club Cléry

50, 52 rue de Cléry 75002 Paris  
Tél 01 40 28 90 43  
[Dsol-Clubs-Pariscentre@paris.fr](mailto:Dsol-Clubs-Pariscentre@paris.fr)  
Bus 20  
Métro Sentier



#### Club Au Maire

2 ter, rue au Maire 75003 Paris  
Tél 01 42 77 79 73  
[Dsol-Clubs-Pariscentre@paris.fr](mailto:Dsol-Clubs-Pariscentre@paris.fr)  
Bus 20, 29, 38, 47, 75  
Métro Arts et Métiers



#### Club Madeleine Béjart

4-10 rue de la Perle 75003 Paris  
Tél 01 42 71 58 48  
[Dsol-Clubs-Pariscentre@paris.fr](mailto:Dsol-Clubs-Pariscentre@paris.fr)  
Bus 29, 96  
Métro Saint Paul, Chemin Vert  
(rampe d'accès située rue de Thorigny)



#### Club Ave Maria

4 rue de l'ave Maria 75004 Paris  
Tél 01 48 87 67 39  
[Dsol-Clubs-Pariscentre@paris.fr](mailto:Dsol-Clubs-Pariscentre@paris.fr)  
Bus 76, 69, 96, 67  
Métro Saint Paul, Pont Marie, Sully-Morland, Hôtel de Ville



#### Club Petit Rémouleur

1-3, rue de Fourcy 75004 Paris  
Tél 01 45 86 88 90  
[Dsol-Clubs-Pariscentre@paris.fr](mailto:Dsol-Clubs-Pariscentre@paris.fr)  
Bus 76, 69, 96, 67  
Métro Saint-Paul, Pont Marie, Sully-Morland, Hôtel de Ville

