PARIS | Les évènements et festivités des clubs séniors du 9e arrt

MARS 2025

CLUB	Date	Horaire	Thème
Maréchaux	Lundi 3	14h	Sortie au centre sportif Ladoumègue, 19e
Maréchaux Hors murs	Mardi 4	14h	Chorale « MaréChante » en représentation au club Arènes de Montmartre, 18e
Maréchaux	Mardi 11	10h	Thé-Café-Philo « Qui suis-je et qu'est-ce que je fais ici » L'être humain dans la philosophie grecque »
Maréchaux	Jeudi 13	14h	Atelier d'écriture
Tour des Dames	Mercredi 19	14h	Atelier d'écriture
Tour des Dames	Jeudi 20	10h	Thé-Café-Philo « L'art de convaincre : rhétorique et éloquence sont-elles des armes de pouvoir ? »
Tour des Dames	Mercredi 26	14h	Peinture sur verre

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.

VILLE DE PARIS | Mairie du NEUF PARIS

Programme des clubs séniors

Se divertir | Apprendre | Se rencontrer

PARIS

Les activités permanentes des clubs séniors du 9e arrt

MARS 2025

Activités physiques

sur inscription

	CLUBS	JOUR et horaires
Danse bien-être	Tour des Dames	Mercredi 11h-12h
Yoga	Tour des Dames	Vendredi 10h30-11h30
Gym réveil musculaire	Tour des Dames	Jeudi 11h-11h30
Danse du monde	Tour des Dames	Mercredi 14h-15h
Gym douce	Tour des Dames	Mardi 10h30-11h30

Activités multimédia

sur inscription

	CLUBS	JOUR et horaires
Conseiller numérique	Maréchaux	Mardi 10h-12h30 Mercredi 10h-12h & 14h-17h
Conseiller numérique	Tour des Dames	Lundi 10h-12h & 14h-17h Mardi 14h-17h
Aide Informatique	Tour des Dames	Mercredi 10h-12h

Activités culturelles

sur inscription

	CLUBS	JOUR et horaires
Cours d'Espagnol	Maréchaux	Lundi 10h-12h30
Chant	Maréchaux	Mardi 14h-17h
Club Photo	Maréchaux	Jeudi 14h-17h
Karaoké	Maréchaux	Vendredi 14h-17h (14 et 28 mars)
Discussion Philosophique	Tour des Dames	Lundi 10h15-12h
Chorale	Tour des Dames	Mardi 14h-15h
Causerie Littéraire	Tour des Dames	Mardi 14h-17h (4 et 18 mars)
Cours d'Anglais	Tour des Dames	Jeudi 13h30-15h
Cours d'Espagnol	Tour des Dames	Jeudi 15h-17h

Jeux de société

sur inscription

	CLUBS	JOUR et horaires
Bridge	Maréchaux	Lundi 14h-17h
Echecs	Maréchaux	Mardi 14h-17h
Bridge	Maréchaux	Jeudi 13h30-17h
Scrabble duplicate	Maréchaux	Vendredi 14h-17h
Jeux de cartes	Tour des Dames	Lundi, mercredi, vendredi 13h30-17h
Echecs	Tour des Dames	Mardi & jeudi 14h-17h
Scrabble	Tour des Dames	Mardi 14h-17h
Billard	Maréchaux	Mardi et jeudi (Initiation) Lundi, mercredi, vendredi (Joueurs confirmés)

Activités prévention santé

sur inscription

	CLUBS	JOUR et horaires
Qi Gong	Maréchaux	Mercredi 10h-11h & 11h15-12h15
Sophrologie	Maréchaux	Jeudi 10h-11h & 11h15-12h15
Gym Douce	Maréchaux	Vendredi 11h15-12h15
+ De Pas	Maréchaux	Vendredis 10h-11h30 (7, 14 et 21 mars)
Mémoire	Maréchaux	Mardi 10h30-11h30

Activités manuelles

sur inscription

	CLUBS	JOUR et horaires
Mosaïque	Maréchaux	Lundi 14h-17h
Peinture/Dessin	Maréchaux	Mercredi 14h-17h
Tricot	Maréchaux	Vendredi 14h-17h
Aquarelle	Tour des Dames	Lundi & vendredi 14h-16h

ADRESSES DES CLUBS du 9e arrt

Club Maréchaux

15, rue Richer
Tél 01 48 24 02 44
Dsol-Clubs-Paris09@paris.fr
Bus 26, 32, 20, 39, 43, 45, 74, 85
Métro Cadet, Bonne Nouvelle, Grands Boulevards

Club Tour des Dames

8-12, rue de la Tour des Dames
Tél 01 48 74 75 10
Dsol-Clubs-Paris09@paris.fr
Bus 21, 26, 43, 68
Métro Trinité d'Estienne d'Orves

Club accessible aux personnes en fauteuil roulant. S'informer au préalable auprès du club sur les conditions d'accessibilité.