

Le Guide de la vie associative et citoyenne du 10^e

ÉDITION 2025-2026



Édito

Chère Madame, Cher Monsieur,

Édité et actualisé chaque année, *le Guide de la vie associative et citoyenne du 10^e* a été conçu comme un outil pratique pour vous permettre de prendre facilement connaissance de toute la diversité de l'offre proposée par les quelque 670 associations de notre arrondissement.

Sport, culture, santé, environnement, emploi et formation, solidarité et inclusion : ces associations, acteurs précieux et essentiels de la vie quotidienne dans le 10^e, se mobilisent sur tous les fronts en ayant à cœur de favoriser l'échange, le partage et le vivre-ensemble. Que vous ayez envie d'apprendre, de découvrir, de vous initier à de nouvelles pratiques sportives ou de vous engager pour une cause qui vous est chère, leurs portes vous sont ouvertes pour vous permettre de vous épanouir et de contribuer à faire du 10^e un arrondissement toujours plus fraternel, innovant et solidaire.

Donner bénévolement de son temps pour les autres et agir concrètement pour son quartier : voilà aussi ce que vous proposent les associations de notre arrondissement, plus nombreuses d'année en année, au même titre que les dispositifs mis en place par la Ville de Paris et la Mairie du 10^e pour encourager la participation de tous les citoyens et citoyennes.

Cette rentrée 2025 est marquée par l'ouverture du Kiosque citoyen du 10^e, que nous vous présentons en détail dans ce guide. Installé au sein du magnifique écrin restauré de la Caserne Château-Landon, il accueillera la Maison de la vie associative et citoyenne du 10^e à compter de la mi-septembre pour proposer une offre de services enrichie à destination des habitants et des associations.

Porté par un processus participatif, ce nouvel équipement de proximité a été imaginé comme un véritable espace d'échanges et de mobilisation pour renforcer toujours plus l'engagement et la participation citoyenne dans notre arrondissement. Nous espérons vous y retrouver nombreuses et nombreux pour continuer à faire vivre la vitalité associative qui fait la force du 10^e !

Fidèlement,



**ALEXANDRA
CORDEBAR**

Maire du 10^e arrondissement



**RAPHAËL
BONNIER**

Adjoint à la Maire du 10^e,
délégué à la Participation
citoyenne, au Débat public,
à la Vie associative et au
Budget Participatif

Guide de la vie associative et citoyenne du 10^e

Direction de la publication : Alexandra Cordebar

Rédaction en chef : Paul Lorenté

Rédaction : Carol Menville

Réalisation : Thierry Rondol / Mairie du 10^e

Impression : Imprimerie de Compiègne

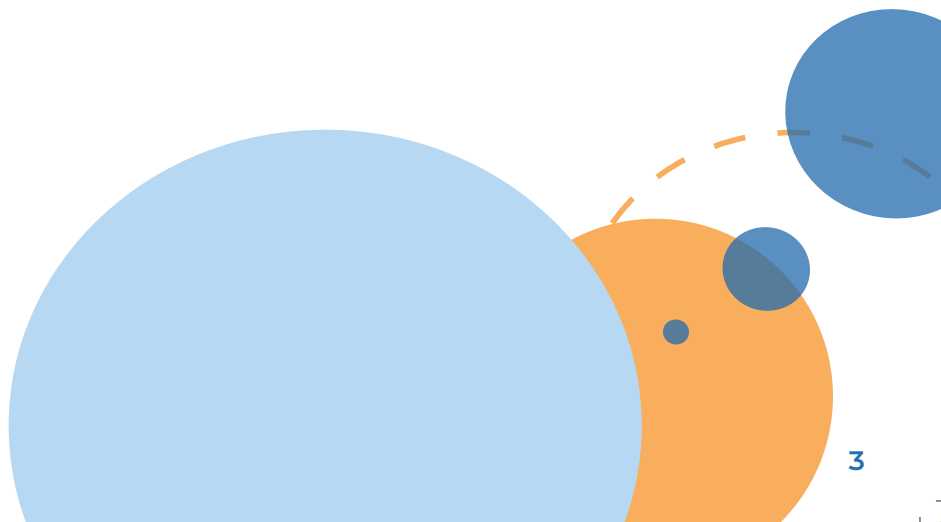
Tirage : 2 000 exemplaires

Septembre 2025

Crédits photographiques : Mathieu Delmestre, Erwan Floc'h, Milan Durin et Antoine Muller / M10 ; Guillaume Bontemps, Joséphine Brueder, Emilie Chaix, Henri Carat, Jean-Baptiste Gurliat et Clément Dorval / Ville de Paris ; Frantz Pfluegl / Adobe Stock ; Freepik

Sommaire

I. Le Kiosque citoyen du 10^e	4
II. La démocratie locale dans le 10^e	6
1. Les Conseils de quartier du 10 ^e	
2. Le Conseil citoyen du 10 ^e	
3. Le Conseil local du handicap	
III. La participation citoyenne	8
1. Proposer et décider pour Paris	
2. Agir pour Paris	
IV. Être bénévole à Paris	11
V. Mes adresses de proximité	13
VI. Annuaire thématique des associations	15



I. Le Kiosque citoyen du 10^e



Structure municipale de proximité, la Maison de la vie associative et citoyenne (MVAC) du 10^e est un lieu d'accueil et d'information dédié au soutien et au développement de la vie associative et de la participation citoyenne dans notre arrondissement.

En cette rentrée 2025, la MVAC du 10^e quitte ses locaux historiques du quai de Valmy pour s'installer au sein du tout nouveau « Kiosque citoyen », au cœur de la Caserne Château-Landon.

Ce lieu a été conçu autour d'une triple vocation :

- **Enrichir les services proposés aux associations**, à travers la mise à disposition d'espaces de réunion, de travail et d'exposition ;
- **Faire vivre la démocratie locale**, à travers l'accueil de réunions publiques, d'ateliers de concertation et de conseils de quartier ;
- **Renforcer la présence des services publics**, municipaux et de partenaires tant associatifs qu'institutionnels, à travers l'accueil de permanences.

1) Les missions de la MVAC du 10^e

Vous êtes une association

La MVAC du 10^e :

- vous accompagne dans le développement et la réalisation de vos projets associatifs ;
- vous met en relation avec des partenaires et vous conseille ;
- vous facilite le quotidien et vous aide à trouver des bénévoles.

Vous êtes un·e habitant·e

La MVAC du 10^e est aussi faite pour vous ! Ses missions :

- vous informer sur la vie associative et citoyenne dans le 10^e ;
- vous présenter les dispositifs mis en place par la Ville de Paris et vous accompagner dans les démarches de participation citoyenne (Budget Participatif, Conseils de quartier, etc.) ;
- vous faire découvrir les initiatives solidaires de votre quartier et vous aider à trouver une activité ou une mission bénévole qui vous corresponde.

2) Qui peut s'inscrire à la MVAC du 10^e ?

L'appui et le soutien de la MVAC du 10^e sont ouverts à toutes les formes d'engagements associatifs visant à défendre l'intérêt général local ou participant au rayonnement de Paris :

- associations loi 1901 déclarées au Journal officiel ;
- junior associations ;
- associations en cours de création ;
- collectifs d'habitants (Conseils de quartier, conseils citoyens, comités d'initiative et de consultation d'arrondissement, Conseil des seniors, etc.).

3) Comment s'inscrire à la MVAC du 10^e ?

Pour bénéficier de l'ensemble des services proposés, commencez par vous référencer sur la plateforme en ligne **Paris Asso** (parisasso.paris.fr), puis adressez une demande écrite à la MVAC du 10^e, par courrier postal ou par e-mail, en détaillant vos activités. Un rendez-vous vous sera proposé sur place pour finaliser votre inscription.

OUVERTURE LE 10 SEPTEMBRE 2025

Kiosque citoyen / Maison de la vie associative et citoyenne du 10^e

35 rue de l'Aqueduc, 75010 Paris

☎ 01 40 38 80 70

✉ maison.asso.10@paris.fr

COORDONNÉES INCHANGÉES !

Horaires d'ouverture :

- Mardi, mercredi et vendredi : 10h-18h30
- Jeudi : 13h30-19h
- Samedi : 10h-14h

Accès :

🚶 M Lignes 7 et 7bis (Louis Blanc), ligne 2 (La Chapelle, Stalingrad)

🚶 RER RER B et D (Gare du Nord) ; RER E (Magenta)

🚶 BUS Bus 26 (Château-Landon) et 46 (Louis Blanc)

♿ Entrée accessible PMR située au 12, rue Philippe de Girard

📶 Wifi sur place

Pour suivre toute l'actualité de la MVAC du 10^e, rendez-vous sur Instagram (@maison.asso.10).



II. La démocratie locale dans le 10^e

Constituées d'habitants du 10^e, les nombreuses instances de démocratie locale dans notre arrondissement vous permettent de vous exprimer, de partager vos idées et d'agir concrètement pour votre quartier. N'hésitez pas à les contacter pour vous impliquer au quotidien et faire bouger le 10^e !

1) Les Conseils de quartier du 10^e

Espace partagé de dialogue et d'échange, le Conseil de quartier est ouvert à tous les habitants et usagers du 10^e. Chacun peut y prendre part selon ses envies et ses disponibilités, sans condition d'âge ni de nationalité, pour contribuer au développement de la vie locale. Venez faire entendre votre voix !



Au nombre de six dans le 10^e, les Conseils de quartier sont organisés et animés avec l'appui de la Mairie et de son pôle Participation citoyenne. D'un côté, on y partage des préoccupations et problématiques locales. De l'autre, on y apporte des réponses et on partage des informations ou des clés de compréhension.

Dotés d'un **budget annuel de fonctionnement et d'investissement**, les Conseils de quartier organisent également divers événements tout au long de l'année pour favoriser le vivre-ensemble et donner vie à des initiatives citoyennes ou à des actions culturelles et participatives.

Pour ne rien manquer de l'actualité de votre quartier, inscrivez-vous à la liste de diffusion de votre Conseil de quartier en flashant ce QR code →



Comment m'investir concrètement pour mon quartier ?

J'ai une idée de projet ou un sujet en lien avec mon quartier dont je souhaite discuter

→ Je rejoins ou je lance un groupe thématique avec d'autres habitants !

Je m'intéresse à la vie de mon quartier, je souhaite m'informer et donner mon avis

→ J'assiste aux réunions plénières de mon Conseil de quartier et je suis l'actualité de mon quartier en m'abonnant à la liste de diffusion !

Je suis déjà l'actualité de mon quartier et je veux participer plus activement en votant notamment le financement de projets

→ Je rejoins l'équipe d'animation de mon Conseil de quartier !

En
savoir
+

✉ demolocale10@paris.fr
💻 conseilsdequartierparis10.fr
☎ 01 53 72 11 54



2) Le Conseil citoyen du 10^e

Le Conseil citoyen est une instance mise en place dans les quartiers populaires dits « Politique de la Ville » afin de permettre aux habitants d'exprimer leurs attentes, de partager leurs idées et de **participer aux décisions prises sur leur territoire**. Composé d'un collège citoyen, qui respecte la parité femmes/hommes, et d'un collège associatif, il s'assure de la **mise en œuvre du projet de territoire, co-construit avec les habitants**, les associations, et l'ensemble des acteurs publics et privés investis sur ce territoire. Il soutient par ailleurs les initiatives citoyennes et associatives en les finançant grâce au **Fonds de participation des habitants (FPH)** mis en place par la Ville de Paris, qui permet à près de 150 projets de prendre vie chaque année dans les quartiers populaires.

En
savoir
+

✉ conseilcitoyen10@gmail.com / ☎ 01 53 26 69 01
✉ fph10@arc75.fr

3) Le Conseil local du handicap

Le Conseil local du handicap (CLH) est composé d'habitants et de représentants associatifs et institutionnels du 10^e concernés par le handicap. Il a pour objectif de permettre à toutes les personnes en situation de handicap de **profiter pleinement de la vie de l'arrondissement**.

En
savoir
+

✉ clh10@framalistes.org

III. La participation citoyenne



1) Proposer et décider pour Paris

Les Parisiens sont de plus en plus nombreux à s'investir dans la vie de leur quartier ou pour Paris. Cette énergie citoyenne est une ressource inestimable pour transformer efficacement la capitale et l'adapter aux défis du XXI^e siècle. C'est pourquoi la Ville de Paris a mis en place de nouveaux outils afin de faciliter la participation citoyenne de chacune et chacun.

Pour vous engager, une seule adresse : **decider.paris.fr**. Cette plateforme en ligne permet de retrouver en un clic **toutes les initiatives pour donner son avis et faire entendre sa voix**. À vos marques, prêts, participez !

Le Budget Participatif

Avec le Budget Participatif, chacun peut voir ses idées prendre vie à Paris. Les projets qui auront la préférence des habitants seront réalisés par la Ville, qui y consacre chaque année un **quart de ses investissements**.

Depuis son lancement en 2014, plus de **45 000 votes** ont été exprimés dans notre arrondissement, avec une participation multipliée par deux ces trois dernières années, donnant naissance à **67 projets lauréats** (pour un total de **28 millions d'euros**) qui ont contribué à faire du 10^e un arrondissement plus résilient et solidaire. Aménagement de radeaux végétalisés sur le canal Saint-Martin, création de cours Oasis dans les écoles, agrandissement du jardin du Chalet et création d'une aire de jeux inclusive, extension du mur d'escalade du gymnase Marie Paradis, ouverture prochaine de la première bagagerie solidaire du 10^e : autant de belles idées imaginées par les habitants et aujourd'hui concrétisées.

Pour en savoir plus sur les projets réalisés dans le 10^e
ou en cours de réalisation, flashez ce QR code →



Les idées citoyennes

Il s'agit de propositions ou initiatives imaginées et soumises en ligne sur decider.paris.fr par les habitantes et les habitants. Celles-ci peuvent ensuite être discutées, enrichies et retravaillées, dans une logique collaborative portée par l'imagination collective. Si votre idée atteint **500 soutiens en six mois**, elle sera étudiée par la Ville de Paris et aura une chance d'être réalisée !

Les consultations de la Ville

Tout au long de l'année, la Ville de Paris imagine de nouveaux projets pour transformer la capitale et lance **chaque mois des consultations en ligne** sur decider.paris.fr afin de recueillir les avis et commentaires des habitants, qui seront étudiés pour définir les contours de chaque nouvelle réalisation !

La votation citoyenne

La votation est un outil démocratique permettant à chaque Parisien de s'exprimer sur un sujet donné afin de prendre **une part active à la transformation de notre ville**. Depuis la première édition, organisée en 2023, les habitantes et les habitants ont ainsi pu se prononcer sur les trottinettes en libre-service, la place des SUV et la végétalisation de nos rues.

Depuis 2024, chaque mairie d'arrondissement a la possibilité, en complément, de soumettre au vote des habitants une **question d'intérêt local**. Création de nouvelles pistes cyclables sur le boulevard de Magenta, piétonnisation et végétalisation des abords des portes Saint-Denis et Saint-Martin : dans le 10^e, les habitants ont voté POUR et des études sont donc en cours pour donner vie à ces projets.

D'autres instances existent, à destination notamment des plus jeunes telles que l'Assemblée citoyenne des enfants ou encore le Conseil parisien de la jeunesse.

Pour en savoir plus et consulter le Guide parisien de la participation citoyenne, flashez ce QR code →





2) Agir pour Paris

Les Volontaires de Paris dans le 10^e

Être Volontaire de Paris, c'est agir concrètement pour sa ville et ses concitoyens, selon ses disponibilités et à son rythme, au quotidien comme en cas de crise.

Climat, propreté, solidarité : toute l'année, un vaste **programme d'actions** vous est ainsi proposé, accessible à toute personne majeure. Et pour aider chacun à les mener à bien, des formations qualifiantes sont dispensées gratuitement.

On compte aujourd'hui **plus de 80 000 Volontaires de Paris**. Envie de devenir acteur de votre ville ? Rendez-vous sur agir.paris.fr pour rejoindre le mouvement dans le 10^e !

En
savoir
+

✉ paris.fr/volontairesdeparis

La Carte citoyenne

Paris est ouverte sur le monde par sa culture, tournée vers l'autre par sa générosité. Être citoyen de Paris aujourd'hui, c'est se reconnaître dans ces valeurs républicaines, s'engager, partager et participer. Pour répondre à ces exigences, la Ville de Paris a créé la Carte citoyenne. Celle-ci vous ouvre les portes du Conseil de Paris, vous invite à découvrir des lieux insolites ou emblématiques de la capitale, et vous permet de rencontrer des élus. Elle vous donne également accès à des ateliers citoyens, temps de rencontres et de débats pour vous former sur les sujets qui vous tiennent à cœur. **Gratuite**, la Carte citoyenne est accessible à **tous les Parisiens et Parisiennes à partir de 7 ans**, sans condition de nationalité.

En
savoir
+

💻 cartecitoyenne.paris.fr





IV. Être bénévole à Paris

On compte aujourd'hui plus de **600 000 bénévoles à Paris**, mais le besoin de développer l'engagement reste essentiel car une association sur trois manque de bénévoles. Outre la plateforme en ligne AGIR (*voir p. 10*), créée par la Ville de Paris pour faciliter l'engagement des Parisiens désireux de donner bénévolement de leur temps, et le nouveau Kiosque citoyen du 10^e (*voir p. 4-5*), qui est là pour conseiller les habitants, plusieurs associations vous orientent et vous accompagnent pour vous aider à passer à l'action près de chez vous.

Astérya

Association ayant pour vocation d'éveiller et d'accompagner les envies d'agir des citoyennes et des citoyens en les aidant à trouver l'engagement qui leur correspond : bénévolat associatif, initiatives de quartier, collectifs, coopératives...

☎ 07 69 69 66 71

✉ contact@asterya.eu

💻 asterya.eu

Benenova Paris

Association visant à lever les freins à l'engagement bénévole pour permettre la participation, au plus près des besoins des acteurs associatifs, de toute personne ayant envie d'agir.

☎ 07 69 76 11 37

✉ contact.idf@benenova.fr

💻 benenova.fr

France Bénévolat Paris

Association visant à développer l'engagement bénévole pour une citoyenneté active et à donner envie d'agir à travers la mise en relation de celles et ceux qui recherchent une mission d'intérêt général avec les associations qui mobilisent des volontaires.

☎ 06 84 98 27 62

✉ paris10@francebenevolat.org

💻 francebenevolat.org

Espace Bénévolat

Association visant à promouvoir l'engagement citoyen en facilitant le rapprochement de tous les acteurs grâce à sa plateforme de mise en relation bénévoles-associations.

☎ 0821 21 08 08

💻 tousbenevoles.org

Je veux aider

Plateforme gouvernementale permettant d'accéder à plus de 20 000 missions de bénévolat dans le cadre de la réserve civique. La recherche, ouverte à toute personne de plus de 16 ans, permet de trouver une mission près de chez soi en fonction de ses envies et de ses disponibilités.

💻 jeveuxaider.gouv.fr

Ressac Volontariat

Association de retraités et pré-retraités ayant pour vocation de combattre l'isolement en créant du lien social et intergénérationnel.

☎ 07 88 94 37 59

💻 ressacvolontariat.org

Passerelles et compétences

Association ayant pour objectif de créer un lien entre les associations de solidarité désireuses de développer leurs projets et des bénévoles disposant des savoirs dont elles ont besoin pour les réaliser.

☎ 01 48 03 92 25

💻 passerellesetcompetences.org

Les associations du 10^e ont besoin de vous !

De nombreuses associations présentées dans le guide que vous tenez entre les mains sont régulièrement à la recherche de bénévoles. N'hésitez pas à les contacter pour leur proposer un coup de main, en fonction de vos disponibilités, ou à venir les rencontrer à l'occasion du **Forum des associations du 10^e**, qui se déroule chaque année début septembre sur le quai de Valmy et au jardin Villemin-Mahsa Jina Amini.



V. Mes adresses de proximité



- 1 Mairie du 10^e
- ★ 2 Kiosque citoyen / MVAC du 10^e
(à partir de septembre 2025)
- 3 Médiathèque Françoise Sagan
- 4 Bibliothèque Claire Bretécher
- 5 Bibliothèque François Villon
- 6 Conservatoire Hector Berlioz
- 7 Maison des aînés et des aidants
- 8 Centre Paris Anim' Grange-aux-Belles
- 9 Centre Paris Anim' Jemmapes
- 10 Centre Paris Anim' Jean Verdier
- 11 Centre Paris Anim' Château-Landon
- 12 Gymnase Marie Paradis
- 13 Gymnase Julie Vlasto
- 14 Gymnase Jean Verdier
- 15 Gymnase Buisson Saint-Louis
- 16 Gymnase Jemmapes
- 17 Gymnase Château-Landon
- 18 Centre sportif de la Grange-aux-Belles
- 19 Centre sportif Parmentier-Lagatu
- 20 Équipe de développement local
- 21 La Maison du Canal
- 22 Espace de vie sociale La Grange
- 23 Aires 10
- 24 Le Pari's des Faubourgs
- 25 La Maison des solidarités du 10^e

1	Mairie du 10°	72, rue du Faubourg Saint-Martin	01 53 72 10 10
2	Kiosque citoyen / MVAC du 10° (à partir de sept. 2025)	35, rue de l'Aqueduc	01 40 38 80 70
3	Médiathèque Françoise Sagan	8, rue Léon Schwartzberg	01 53 24 69 70
4	Bibliothèque Claire Bretécher	11, rue de Lancry	01 42 03 25 98
5	Bibliothèque François Villon	81, boulevard de la Villette	01 42 41 14 30
6	Conservatoire municipal Hector Berlioz	6, rue Pierre Bullet	01 42 38 33 77
7	Maison des aînés et des aidants	126, quai de Jemmapes	01 40 40 27 80
8	Centre Paris Anim' Grange-aux-Belles	55, rue de la Grange-aux-Belles	01 42 03 40 78
9	Centre Paris Anim' Jemmapes	116, quai de Jemmapes	01 48 03 33 22
10	Centre Paris Anim' Jean Verdier	11, rue de Lancry	01 42 03 00 47
11	Centre Paris Anim' Château-Landon	31, rue de Château-Landon	01 46 07 84 12
12	Gymnase Marie Paradis	5, rue Léon Schwartzberg	01 44 79 33 90
13	Gymnase Julie Vlasto	8, passage Delessert	01 40 35 35 15
14	Gymnase Jean Verdier	11, rue de Lancry	01 42 03 16 24
15	Gymnase Buisson Saint-Louis	2, rue du Buisson Saint-Louis	01 48 03 19 71
16	Gymnase Jemmapes	116, quai de Jemmapes	01 42 08 75 87
17	Gymnase Château-Landon	46, rue du Château-Landon	01 42 05 44 30
18	Centre sportif de la Grange-aux-Belles	17, rue Boy-Zelenski	01 42 41 21 40
19	Centre sportif Parmentier-Lagatu	155, avenue Parmentier	01 42 45 44 28
20	Équipe de développement local	19, passage du Buisson Saint-Louis	01 42 46 40 50
21	La Maison du Canal	13-17, rue Louis Blanc	01 42 01 46 83
22	La Grange	1, rue Louis blanc	01 85 09 05 96
23	Aires 10	2, rue du Buisson Saint-Louis	01 42 02 82 50
24	Le Pari's des Faubourgs	12, rue Léon Schwartzberg	01 45 23 34 87
25	La Maison des solidarités du 10°	23bis, rue Bichat	01 53 19 26 26

VI. Annuaire thématique des associations

Arts et culture	16
Commerces du 10 ^e	24
Défense des droits et lutte contre les discriminations	26
Écologie et environnement	29
Emploi, formation et insertion professionnelle	31
Enfance et familles	32
Handicap et inclusion	35
Histoire, mémoire et patrimoine	36
Humanitaire et solidarité internationale	38
Numérique	40
Santé et prévention	41
Seniors	43
Solidarités dans le 10 ^e	45
Sports et loisirs	48
Vie de quartier	53





1) Arts et culture

ARTS DE LA RUE

Le Temps des Rues

Association organisatrice du festival Le Printemps des Rues, qui propose chaque année au printemps, le temps d'un week-end, des spectacles gratuits reflétant la diversité des arts de la rue dans les 10^e, 18^e et 19^e arrondissements de Paris.

📧 leprintempsdesrues.com

✉ comprintempsdesrues@gmail.com

☎ 07 49 75 16 13

Les Pas d'Côté

Visé à favoriser le lien social et l'expression de soi via la médiation artistique (musique, clown, contes). Intervient dans l'espace public et les institutions (EHPAD...).

✉ lespasdcote@gmail.com

☎ 06 83 42 55 56

Rue Publique

Visé à promouvoir les arts de la rue à travers la création de spectacles. Propose également des cours de cirque et de skate, tous publics à partir de 3 ans.

📧 ruepublic.com

✉ ruepublique@yahoo.com

☎ 07 77 05 56 74

DANSE

Voir aussi « Sports et loisirs » p. 48

Abel

Compagnie qui regroupe danseurs, praticiens somatiques, musiciens et plasticiens pour accompagner les créations et performances tous publics de la chorégraphe Evelyne Le Pollotec.

📧 compagnieabel.com

✉ diffusion.cieabel@gmail.com

☎ 06 03 55 43 54

Cedanze – Academia João Pequeno de Pastinha

Association engagée dans la promotion de la culture afro-brésilienne à travers des cours de Capoeira Angola, d'événements et de rencontres. Tous publics à partir de 3 ans.

📧 ceca-riovermelho.org.br

✉ cedanze.paris@hotmail.com

☎ 06 66 56 13 90

Frichti Concept

Compagnie de danse en espace public créée en 2003 autour du chorégraphe Brendan Le Delliou et questionnant les notions de frontières intimes et géographiques.

📧 frichticoncept.net

✉ adm@frichticoncept.net

☎ 06 76 36 72 85

Lamelune

Association soutenant la création collective de spectacles vivants, tous arts confondus, et proposant des ateliers de formation à destination de tous les âges.

📧 lamelune.org

✉ ateliers@lamelune.org

☎ 06 52 38 23 70

LGBT Dance Pride Off

Association proposant une programmation artistique pluridisciplinaire queer via divers temps forts (festival Jerk Off au mois de septembre et « Vous en voulez encore » toute l'année), ainsi que des actions éducatives et pédagogiques.

📧 prideoff.com

✉ prideoff@gmail.com

☎ 06 23 21 03 43

Pour des arts en mouvement

Création de spectacles chorégraphiques et organisation d'actions culturelles pour sensibiliser à la danse contemporaine.

📧 ciepam.fr

✉ contact@ciepam.fr

☎ 06 78 19 29 73

Transcendance

Compagnie pluridisciplinaire de créations contemporaines qui propose également des ateliers de danse libre (corps et mouvement).

✉ transcendance.asso@gmail.com

☎ 07 58 18 12 07

Les Yeux d'Elsa

Compagnie engagée dans des projets de sensibilisation et la création d'œuvres chorégraphiques à destination de danseurs amateurs.

📧 cielesyeuxdelsa.com

✉ lye@cielesyeuxdelsa.com

☎ 06 88 14 18 13

Coup de projecteur sur le Pass Culture 10^e



Vous êtes déjà près de 3 000 à détenir le Pass Culture du 10^e ! Cette carte nominative, envoyée gratuitement à votre domicile sur simple inscription, vous permet d'accéder à toute une gamme d'avantages culturels dans l'arrondissement, tels que tarifs préférentiels et invitations en avant-première, en partenariat avec de nombreux lieux emblématiques du 10^e (théâtres, cinémas, galeries d'art...).

Vous ne l'avez pas encore ? N'attendez plus et demandez le vôtre !

Pour en savoir plus et vous abonner à la newsletter *Culture Dix*, flashez ce QR code.



CULTURES ET LANGUES DU MONDE

Association culturelle franco-bangladeshi

Association visant à promouvoir la culture du Bangladesh en France et réciproquement. Propose des cours de français pour Bangladais en France et contribue à l'élaboration d'événements culturels.

✉ sohelibine@gmail.com

☎ 07 53 41 45 07

Association franco-chilienne unie pour l'éducation, la culture et les arts populaires

Association engagée dans la diffusion de la culture populaire chilienne à travers la consolidation de liens intergénérationnels entre la diaspora chilienne et les acteurs de la culture en France et à l'international.

✉ ruedadecuecasparis@gmail.com

Association pour la promotion des langues étrangères en France (ASPLEF)

Association spécialisée dans la diffusion et l'enseignement des langues étrangères (anglais, espagnol, allemand, FLE...).

À partir de 16 ans.

💻 asplef.com

✉ info@asplef.com

☎ 01 48 87 62 26

Conseil démocratique kurde en France (CDKF)

Collectif fédérant près de 25 associations de la diaspora kurde à travers la France et œuvrant pour faire connaître les Kurdes, leur culture, leur langue et leur situation politique en promouvant le dialogue inter-culturel et la solidarité entre les peuples.

💻 cdkf.fr

✉ info@cdkf.fr

☎ 09 52 51 09 34

Espace culturel et universitaire juif d'Europe (ECUJE)

Créé il y a soixante ans pour promouvoir les cultures et les savoirs juifs ainsi que l'enseignement universitaire dans un dialogue ouvert avec la cité, l'ECUJE propose toute l'année concerts, conférences, cours, ateliers, spectacles et rencontres.

💻 ecuje.fr

✉ infos@ecuje.fr

☎ 01 53 20 52 52

Il Gomitolo – L'italiano insieme

Ateliers ludiques de langue et culture italiennes pour les enfants à partir de 3 ans.

✉ associazioneilgomitolo@gmail.com

Irjen Tura – Les Deux Rives

Association réunissant des personnes originaires d'Irdjen en Kabylie, ou en lien avec cette commune, et soutenant des actions solidaires et citoyennes entre les deux rives de la Méditerranée.

✉ irjentura@gmail.com

☎ 06 67 64 56 54

Les Ateliers de Criqueau

Association franco-italienne visant à mettre en lumière l'excellence italienne, française et européenne à travers divers événements culturels et ateliers.

💻 lesateliersdecriqueau.org

✉ lesateliersdecriqueau@gmail.com

☎ 06 95 64 54 47

L'Italie à Paris

Site d'informations culturelles sur la présence italienne en Île-de-France proposant également des cours d'italien.

💻 italieaparis.net

✉ info@italieaparis.net

☎ 06 18 15 56 21

Navajo France

Vise à favoriser une meilleure connaissance des cultures et pratiques ancestrales amérindiennes, et à créer du lien avec ces communautés à travers des échanges et des projets interculturels. Tous publics à partir de 7 ans.

💻 navajo-france.com

✉ navajofrance@gmail.com

☎ 06 77 98 86 54 / 06 22 53 55 32

Quipus de Bolivia

Association engagée dans la diffusion des cultures de Bolivie (musique, danse, folklore...) ainsi que dans des actions sociales, humanitaires et pédagogiques.

✉ z.loayza@gmail.com

☎ 06 21 86 06 67

Union culturelle française des Arméniens de France

Visé à promouvoir la culture arménienne, en renforçant l'amitié et les liens entre les peuples français et arméniens.

✉ ucfaf@orange.fr

☎ 06 60 10 21 88

LECTURE ET ÉCRITURE

L'Aire à Mots

Ateliers d'écriture inventive, d'arts plastiques et d'arts visuels ouverts à tous. Propose aussi des cours d'alphabétisation, de français langue étrangère, et des ateliers de savoirs sociolinguistiques à destination d'adultes migrants.

✉ laireamots@gmail.com

☎ 01 47 70 78 18

Astolfo Sulla Luna

Compagnie de spectacle vivant autour du théâtre, du conte, de la musique et des arts plastiques. Propose également des balades contées ainsi que des formations et des ateliers artistiques.

✉ frida.morrone.com

✉ astolfo@lunart.org

☎ 06 61 97 33 68

Carrefour X, la bibliothèque pour tous

Bibliothèque associative de prêt de livres pour adultes, qui propose également des animations autour du cinéma et de la littérature.

✉ cbpt-paris.org

✉ cbpt.carrefourx@gmail.com

☎ 01 40 34 23 60

Plaines Pages – Les Nomades du livre

Ateliers ludiques et créatifs autour des mots et du plaisir de lire, ouverts à tous à partir de 7 ans.

✉ 1001plainespages@gmail.com

☎ 06 51 23 06 03





MUSIQUE

Accordissimo

Ateliers et cours de musique tous niveaux (harpe et musique d'ensemble) pour adultes et enfants à partir de 5 ans.

✉ accordissimo@gmail.com

☎ 06 95 32 01 75

All Four Music School

École de musique bilingue français/anglais pour adultes et enfants à partir de 7 ans.

🖥 allfourmusicschool.com

✉ info@allfourmusicschool.com

☎ 06 33 25 22 56

Chœur Hector Berlioz

Chœur d'une quarantaine de choristes adultes amateurs rattaché au conservatoire du 10^e, et dont le répertoire mêle œuvres sacrées et profanes du XV^e au XXI^e siècle (Mozart, Haydn, Haendel, Bernstein, Pärt, Rutter, etc.).

🖥 choeurhectorberlioz.com

✉ contact@choeurhectorberlioz.com

☎ 01 42 38 33 77

Tous à la bibli !

Au nombre de trois dans le 10^e, les bibliothèques municipales de prêt sont d'une richesse incomparable. Proposant de nombreux services gratuits (espaces de travail, accès libre au WiFi haut débit, portage de documents à domicile pour les personnes ayant des difficultés à se déplacer, cours et ateliers...), elles offrent, en complément de leurs collections de livres, CD et DVD, une programmation culturelle variée pensée pour tous les publics.

Bibliothèque Claire Bretécher

📍 11, rue de Lancry

☎ 01 42 03 25 98

✉ bibliotheque.lancry@paris.fr

Bibliothèque François Villon

📍 81, boulevard de la Villette

☎ 01 42 41 14 30

✉ bibliotheque.francois-villon@paris.fr

Médiathèque Françoise Sagan

📍 8, rue Léon Schwartzenberg

☎ 01 53 24 69 70

✉ mediatheque.francoise-sagan@paris.fr

Pour en savoir plus sur les bibliothèques municipales parisiennes, rendez-vous sur bibliotheques.paris.fr ou flashez ce QR code !



Conservatoire municipal Hector Berlioz

Acteur majeur du 10^e, le conservatoire Hector Berlioz propose des **cours de musique, de danse et de théâtre à tous les niveaux de pratique** et accueille chaque année plus de **1 500 élèves**, accompagnés par une équipe de **150 enseignants**.

Le conservatoire municipal participe également à la vie culturelle et sociale du 10^e en organisant avec ses élèves de nombreux projets hors les murs, dont les **concerts « Midi en musique »** qui ont lieu une fois par mois en mairie, et intervient dans les écoles publiques à travers un **« Parcours de sensibilisation musicale » mis en place gratuitement** dans toutes les classes de CP de l'arrondissement.

📍 6, rue Pierre Bullet

☎ 01 42 38 33 77

🖥 conservatoires.paris.fr/conservatoires/berlioz

Institut de culture musicale (ICM)

Référence nationale des cours de musique à domicile depuis 1988, l'ICM propose à travers ses activités associatives des interventions diversifiées autour de l'éducation et de la pratique musicale.

 icm-association.fr
 contact@icm-musique.fr
 09 70 80 90 01

Mélodix

Formation musicale théorique et pratique destinée à un public adulte, conçue pour promouvoir le partage et les échanges musicaux.

 melodix.fr
 contact@melodix.fr
 01 42 01 72 21

Musica Italiana

Vise à promouvoir la musique et la chanson contemporaines italiennes, notamment à travers le festival annuel Canzoni & Parole.

 musicaitaliana.fr
 info@musicaitaliana.fr
 06 73 18 54 28

Orchestre d'harmonie du chemin de fer du Nord (OHCF)

Orchestre d'harmonie réunissant musiciens amateurs et professionnels et se produisant toute l'année au travers de diverses manifestations.

 harmoniedunord.org
 contact@harmoniedunord.org
 06 07 53 16 05

Proquartet – Centre européen de musique de chambre

Œuvre au rayonnement du quatuor à cordes, au soutien de la communauté de la musique de chambre et à l'élargissement des publics qui s'y intéressent.

 proquartet.fr
 proquartet@proquartet.fr
 01 44 61 83 50

Techno Fatale

Vise à favoriser la représentation des femmes et des personnes queers dans le milieu de l'électro à travers l'organisation de soirées et la formation au mix et à la MAO.

 technofatale@gmail.com
 06 75 46 13 50

Zebrajazz

Vise à faciliter l'accès du public à la création musicale jazz, à soutenir la production des artistes en France et à l'étranger, et à contribuer à une meilleure connaissance de ce patrimoine artistique à travers sa radio, Couleurs Jazz.

 couleursjazz.fr
 contact@couleursjazz.fr
 06 62 48 67 09

THEÂTRE ET SPECTACLE VIVANT

Actée

Structure d'accompagnement artistique et administratif à destination de compagnies théâtrales émergentes composées d'étudiants ou de jeunes diplômés pour favoriser leur insertion professionnelle.

 actee-asso.fr
 actee.asso@gmail.com
 06 72 97 41 51

Ailleurs

Met en scène des écritures contemporaines imprégnées de l'héritage culturel, en particulier des contes populaires. Tous publics.

 compagnie.ailleurs@gmail.com
 06 85 90 98 43

À Toi Théâtre

Compagnie professionnelle proposant des spectacles, ateliers, stages et projets d'actions culturelles pour jouer dans et avec la cité.

 atoitheatre.net
 contact@atoitheatre.net
 06 14 01 10 69

Aux couleurs du kaléidoscope

Compagnie proposant spectacles, balades contées, stages de clown et ateliers de théâtre.

 cie-kaleido.fr

 contact@cie-kaleido.fr

 01 77 10 86 15

Cinquante hirondelles

Propose des spectacles engagés autour des questions de migration ainsi que des créations sur demande mêlant différentes formes de théâtre. Mène des projets inter-culturels et pédagogiques avec les jeunes, et organise conférences, débats ainsi que divers événements culturels.

 50hirondelles.fr

 50hirondelle@gmail.com

 07 60 28 72 75

Dingue Dynamic Douceur Compagnie

Association de spectacle vivant qui soutient et promeut la poésie du corps en mouvement.

 dddcie.fr

 dddcie@gmail.com

 06 08 80 05 18

La Doryphore

Œuvre à promouvoir la marionnette et les arts associés à travers la création de spectacles pluridisciplinaires, stages et ateliers de construction et de manipulation. Tous publics.

 ladoryphore.carbonmade.com

 ladoryphore@gmail.com

 06 87 84 17 35

Erinna

Création de spectacles vivants et interdisciplinaires visant à valoriser l'héritage humaniste de la Grèce et les écritures contemporaines.

 compagnie.erinna@gmail.com

 06 01 28 66 48

Lilliput

A pour but de promouvoir le théâtre de marionnettes ainsi que celles et ceux qui le font, à travers le spectacle et la formation.

 troupelilliput.wixsite.com/troupe-lilliput

 lilliput_ass@yahoo.fr

 06 63 63 04 71

La Pierre à feu

Compagnie professionnelle proposant des spectacles originaux, des stages de théâtre et d'écriture, et des conférences-spectacles autour de la poésie.

 danielle.marty7@orange.fr

 06 72 74 44 73

Pompom Rivoli

Œuvre pour la création et la production de spectacles vivants aux niveaux local, national et international. Propose aussi des ateliers de transmission artistique.

 pompom.rivoli@gmail.com

 09 54 36 44 18

Scènes décalées

Compagnie porteuse de textes (théâtre, poésie, contes) à travers des lectures, projections, rencontres et animations tous publics.

 contact1648.wixsite.com/scenesdecalees

 scenesdecalees@gmail.com

 06 82 22 06 33

Sobre Impro

Association proposant des spectacles d'improvisation théâtrale gratuits et tous publics.

 cdm.impros@gmail.com

 06 78 52 00 18

Studios 27

Lieu culturel visant à promouvoir la création de spectacles vivants et à favoriser la pratique d'activités artistiques et culturelles à travers des ateliers pour petits et grands (théâtre, improvisation, etc.).

 studios27.fr

 hello@studios27

 09 53 81 69 97

Tout Va Bien Events

Œuvre dans les domaines de la culture, du social et de l'évènementiel pour promouvoir le divertissement ainsi que les relations intergénérationnelles et interculturelles.

📧 toutvabienevents.com

✉ toutvabienevents@gmail.com

☎ 07 65 69 52 16

UnArtCTout

Propose des événements artistiques et culturels tous publics à partir de 7 ans (tournois, ateliers, spectacles...).

✉ unartctout@gmail.com

☎ 07 66 56 80 26

Un trait d'union

Association proposant des rencontres autour de l'art, avec des ateliers conçus et organisés par des artistes afin de créer un lien notamment avec les publics éloignés de la culture tels que les résidents d'EHPAD.

📧 untraitdunion.com

✉ asso.untraitdunion@gmail.com

☎ 06 77 92 07 13 / 06 31 58 26 05

VIDÉO, IMAGE ET ARTS VISUELS

Addoc, l'association des cinéastes documentaristes

Espace ouvert aux cinéastes et à toute personne impliquée dans la création de films documentaires dans l'objectif de défendre la diversité des représentations du réel.

📧 addoc.net

✉ courrier@addoc.net

☎ 01 44 89 99 88

Association artistique 263

Vise à valoriser et diffuser les travaux personnels des professeurs d'arts plastiques de la Ville de Paris.

📧 aa263.blogspot.fr

✉ aa263.pvp@gmail.com

☎ 06 73 47 29 42

Ciné Nova Bossa

Association axée sur la création et la promotion de films, œuvres audiovisuelles et spectacles vivants, ainsi que sur l'organisation de festivals artistiques pluridisciplinaires et plurilinguistiques.

✉ cinenovabossa@gmail.com

☎ 06 67 04 73 88

Groupe de recherches et d'essais cinématographiques (GREC)

Association engagée dans la production de premiers courts métrages, avec le soutien du CNC, qui accompagne réalisatrices et réalisateurs depuis le scénario jusqu'à la diffusion.

📧 grec-info.com

✉ info@grec-info.com

☎ 01 44 89 99 99

La Main sur l'image

Vise à favoriser une conscience plus active dans la relation que nous entretenons avec les images (photo, peinture, film, dessin, numérique) à travers des ateliers, expositions, projections et rencontres.

📧 lamainsurlimage.fr

✉ lamainsurlimage@gmail.com

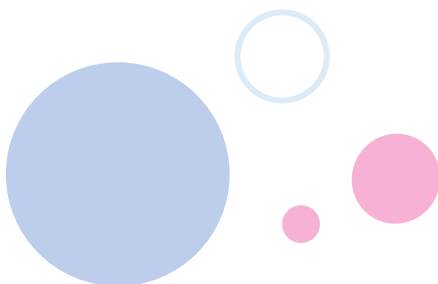
☎ 07 81 43 56 14

Street Poppies

Vise à favoriser la rencontre entre artistes professionnels et publics amateurs et/ou éloignés de la culture, en privilégiant une approche pédagogique passant par le dialogue visuel et l'expression.

📧 streetpoppies.book.fr

✉ streetpoppies@gmail.com





2) Commerces du 10^e

Les Amis du quartier et d'ailleurs

Association ayant pour objectif l'animation du quartier Bichat, Saint-Louis, Richerand et Alibert (fête de la Musique, vide-greniers, mise en place d'un musée de rue le long du mur Bichat, ou encore aide aux habitants). Elle œuvre aussi pour la végétalisation du quartier, l'installation de composteurs et la création d'une rue zéro déchet pour les commerçants du secteur.

- 📍 2, rue Marie et Louise
- ✉️ lasauebichatmail@gmail.com
- ☎️ 06 22 98 56 71

Les Bouclards

Association visant à animer le quartier du haut du faubourg Saint-Martin (vide-greniers, Halloween, illuminations de Noël...). Elle est présidée par Isabelle Doumerc.

- 📍 222, rue du Faubourg Saint-Martin
- ✉️ lesbouclardsparis10@gmail.com
- ☎️ 06 47 49 56 32

Association des commerçants et riverains du canal Saint-Martin

L'association a pour mission de représenter les commerçants, artisans et riverains installés aux abords du canal Saint-Martin auprès des administrations, des collectivités locales, des chambres consulaires et tout autre organisme administratif ou économique. Elle vise à défendre les intérêts communs de ses adhérents et à contribuer à la dynamisation commerciale du quartier, à travers la réalisation d'animations et d'événements conviviaux. Elle est présidée par Lamine Diakhate.

- 📍 80, quai de Jemmapes
- ✉️ gestion@lecomptoirgeneral.com

Association des commerçants et riverains de la rue Beaurepaire

Association visant à développer l'attractivité des commerces du quartier à travers des animations et des activités diverses (vide-greniers, brocantes professionnelles, illuminations de Noël, projections de films...), ainsi que les relations avec les collectivités locales et les pouvoirs publics. Elle est présidée par Sophie Behar.

- ✉️ sophie@epicerie-sore.com
- ☎️ 06 58 94 40 67

Association des commerçants de la rue du Château d'Eau

Aussi appelée « Nouveau Château d'Eau », l'association vise à promouvoir l'attractivité de la rue du Château d'Eau dans sa section allant du boulevard de Magenta à la rue du Faubourg Saint-Martin. Ses référents sont Denis Geffrault (président) et Ganit Hirschberg (trésorière).

La Trésorerie

- 📍 11, rue du Château d'Eau
- ✉ lenouveauchateaudeau@gmail.com
- ☎ 01 42 08 99 41

Cultures Caves

- 📍 29ter, rue du Château d'Eau
- ☎ 01 73 77 32 12

Union des commerçants, artisans, riverains et professions libérales du quartier Saint-Martin/ République (UCARP)

Association réunissant riverains et commerçants des boulevards Saint-Denis et Saint-Martin et de la place de la République (Paris Centre, 10^e et 11^e) dans le but de défendre et d'animer le quartier. Elle est présidée par Jean-Pierre Olivier.

- 📍 19, boulevard Saint-Martin
- ☎ 01 40 27 88 64
- ✉ jp.olivier@noos.fr

Association des commerçants de la rue de Lancry

L'association réunit artisans, restaurateurs, coiffeur et libraire entre le boulevard de Magenta et le canal Saint-Martin, un petit bout de rue avec une forte personnalité, assez porté sur le bien-manger et le bien-boire ! On y brasse joyeusement les générations, les classes sociales, les genres et les origines, les résidents de longue date et les touristes. À ce quartier déjà bien vivant, il s'agit d'ajouter des animations (braderie...) et bien sûr des illuminations en fin d'année. Jed Jordan, le chocolatier de Denver Williams, en est le président.

- 📍 Denver Williams Chocolaterie, 57, rue de Lancry
- ✉ denver.williams.paris@gmail.com





3) Défense des droits et lutte contre les discriminations

Des permanences d'accès aux droits sont organisées chaque semaine gratuitement en Mairie du 10^e avec :

- **l'ADIL** (permanence juridique sur le logement)
- **l'ARDHIS** (pour la reconnaissance des droits des personnes homosexuelles et trans à l'immigration et au séjour)
- **le RESF** (pour les familles sans ressources dont les enfants sont scolarisés dans le 10^e)
- **le MRAP** (contre le racisme et pour l'amitié entre les peuples)
- **SOLIHA** (pour l'amélioration de l'habitat)

Trois avocats sont également là pour répondre à toutes vos questions ayant trait aux quatre domaines suivants : généraliste, travail, logement, famille.

Pour bénéficier de ces permanences, il est impératif de prendre rendez-vous auprès de l'accueil de la Mairie du 10^e (72 rue du Faubourg Saint-Martin) ou en appelant le 01 53 72 11 42.

A.M.A.R.E.S

Défend l'accueil inconditionnel et l'accompagnement individualisé afin de permettre à chacun d'accéder à l'autonomie et au droit commun dans tous les domaines (santé, logement, culture, citoyenneté, intégration sociale et professionnelle).

✉ amares1515@gmail.com
☎ 06 50 20 14 79

Amicale du Nid

Mène des actions d'«aller vers» les personnes en situation de prostitution afin de les accompagner vers la sortie de la prostitution et l'insertion sociale. Œuvre aussi en matière de prévention, sensibilisation et formation en s'inscrivant dans le refus de toute forme de discrimination.

💻 amicaledunid.org
✉ amicaledunid.paris@adn75.fr
☎ 01 42 02 38 22

Assemblée citoyenne des originaires de Turquie (ACORT)

Défend la démocratie comme forme d'organisation politique, la lutte contre le racisme et toutes formes de discrimination, l'égalité entre les femmes et les hommes, et la solidarité comme principe d'action. Afin de défendre l'égalité de toutes et tous dans l'accès aux droits, l'ACORT organise notamment des permanences d'écritain public, ainsi que des permanences de médiation socioculturelle et scolaire.

💻 acort.org
✉ acort@acort.org
☎ 01 42 01 12 60

Association d'assistance scolaire, linguistique et culturelle (ASLC)

Accompagne les publics primo-arrivants, et plus globalement d'origine étrangère, par le biais de services de domiciliation administrative et d'accès aux droits, ainsi que via des formations linguistiques pour favoriser l'apprentissage du français.

💻 centre-linguistique.com/nos-associations
✉ aslc@aslc-paris.org
☎ 01 85 09 25 57

Association pour la reconnaissance des droits des personnes homosexuelles et trans à l'immigration et au séjour (ARDHIS)

Propose aux personnes étrangères LGBTQIA+ un accompagnement en matière d'asile et de droit au séjour.

💻 ardhis.org

✉ contact@ardhis.org

☎ 09 72 47 19 55

Défenseurs unis

Association de défense des droits humains qui œuvre pour le respect du droit à être défendu.

✉ asso.defenseurs.unis@gmail.com

☎ 06 35 66 65 50

Espace Universel

Vise à faciliter l'intégration des migrants en France en les accompagnant dans l'apprentissage du français, la compréhension de leurs droits, la recherche d'emploi et autres aspects de la vie quotidienne.

✉ espaceuniversel75@gmail.com

☎ 01 45 23 58 70

Ligue des droits de l'Homme (antenne 10°/11°)

Association de défense des droits humains se donnant pour objectif d'observer, défendre et promulguer ces droits fondamentaux dans toutes les sphères de la vie publique.

💻 site.ldh-france.org/paris-10-11

✉ paris.10.11@ldh-france.org

PASTT (Prévention Action Santé Travail pour les Transgenres)

Association créée dans les années 1990 pour aider, soutenir et accompagner les personnes transgenres touchées par le VIH et les personnes en situation de prostitution.

💻 association-pastt.fr

✉ inesmessaoudi.pastt@gmail.com

☎ 01 53 24 15 40

SOS homophobie

Association féministe de lutte contre la lesbophobie, la gayphobie, la biphobie, la transphobie et l'intersexophobie depuis 1994, dont les missions sont de soutenir, prévenir et militer.

💻 sos-homophobie.org

✉ sos@sos-homophobie.org

☎ 01 48 06 42 41

Tournons La Page

Mouvement citoyen international qui mène et relaie des actions pacifiques et non partisans afin de promouvoir la démocratie et les droits humains.

💻 tournonslapage.org

✉ contact@tournonslapage.org

☎ 01 88 61 42 66

La Voie des femmes, l'avenir des filles

Accompagne femmes, jeunes filles et familles dans leur processus d'intégration sociale au travers d'activités créatives et ludiques, de permanences juridiques et sociales, et de moments d'échange au pied des immeubles.

✉ associationvoiedesfemmes@gmail.com

☎ 07 51 34 46 93

CONDITION ANIMALE

Les Chiens du canal

Association née dans le but de faire entendre la voix des propriétaires de chiens et usagers de l'aire canine du 10^e.

✉ chiensducanal@gmail.com
☎ 06 15 33 52 24

Nine Lives Paris

Association de protection animale proposant des animaux de compagnie à l'adoption et des missions de bénévolat.

💻 ninelives.fr
✉ asso@ninelives.fr
☎ 06 85 36 03 77

Ethics for animals

Association de protection animale créée pour faire un état des lieux de la protection animale et lutter contre l'abandon et la maltraitance animale.

💻 ethicsforanimals.org
✉ contact@ethicsforanimals.org
☎ 07 66 00 07 95



Une charte en faveur du bien-être animal

Adoptée par le Conseil de Paris en juillet 2021 dans le cadre de la **stratégie Animaux en ville**, cette charte vise à engager les partenaires de la Ville à respecter le bien-être animal, à le promouvoir à travers des activités respectueuses des animaux, et à sensibiliser les Parisiennes et les Parisiens autour de cette question.

Pour la consulter en ligne, flashez ce QR code →



Bien vivre avec son animal de compagnie à Paris

Élaboré par la Ville de Paris, le **Guide de l'animal à Paris** répond aux questions les plus fréquentes relatives à la présence d'animaux dans la capitale. Réglementation à respecter, procédure d'adoption d'un animal de compagnie, présentation de la faune sauvage parisienne ou encore gestes à adopter pour une cohabitation harmonieuse entre humains et animaux : vous trouverez dans ce guide une mine d'informations !

Pour le consulter en ligne, flashez ce QR code →





4) Écologie et environnement

Greenpeace (groupe local Paris Nord)

Association engagée dans la défense de la planète et la lutte contre le dérèglement climatique, à l'origine de happenings et diverses actions de sensibilisation.

📧 greenpeace.fr/groupe-local-paris-nord
✉ accueil.parisnord@greenpeace.fr
☎ 07 81 18 95 61

RAFIOT

Remises à Flots In Omnes Totius (RAFIOT) est un réseau de convivialité éthique et solidaire œuvrant à la survivance de la batellerie par le transport en péniche de petit gabarit de produits en groupements d'achat direct auprès de producteurs artisanaux.

✉ remisesaflots@gmail.com

ALIMENTATION DURABLE ET RESPONSABLE

Louise Rosier

Visé à sensibiliser au bien-manger les enfants de 7 à 15 ans à travers des ateliers cuisine, des jeux et des dégustations.

📧 louiserosier.com
✉ contact@louiserosier.com
☎ 06 65 74 46 78

JARDINS PARTAGÉS

Garden l'Est

Réunit passants et habitants du quartier ayant envie de prendre soin du jardin partagé situé entre les gares du Nord et de l'Est, au sein du jardin Marielle Franco, pour en faire un lieu de vie et de partage.

📧 helloasso.com/associations/garden-l-est
✉ jardin.garden.lest@gmail.com
☎ 06 10 25 67 65

Ville Mains Jardins

Anime depuis 2005 un jardin partagé au sein du jardin Villemin-Mahsa Jina Amini, conçu comme un terrain d'expérimentation et un centre d'éducation populaire autour des éco-gestes et de la préservation de la biodiversité.

✉ ville_mains_jardins@yahoo.fr
☎ 06 72 52 71 42

MOBILITÉS DOUCES

Paris en selle

Visé à promouvoir et développer l'usage du vélo sur le territoire de la Métropole du Grand Paris.

📧 parisenselle.fr
✉ paris10@parisenselle.fr
☎ 06 44 69 80 99

RECYCLAGE ET RÉEMPLOI

La Résidence du Durable

Après le succès de la Résidence de l'Eau, la Mairie du 10^e, en partenariat avec Les Canaux et Citeo, poursuit son engagement à **lutter contre le dérèglement climatique** en consacrant un espace de travail collaboratif à un autre défi de notre temps : la **gestion des déchets**.

En contrepartie d'une faible contribution financière pour couvrir les charges, elle y accueille des structures engagées pour une gestion circulaire des déchets et désireuses de s'investir dans la co-construction de projets à l'échelle locale.

✉ tam.boutaleb@lescanaux.com

AREMACS

Accompagne les événements culturels et sportifs pour soutenir l'éco-responsabilité, (réduction et gestion responsable des déchets).

💻 aremacs.com

✉ paris@aremacs.com

☎ 06 71 07 32 07

Le Chamôdix

Ressourcerie installée rue Philippe de Girard qui propose de donner une seconde vie à nos objets à travers des collectes et une revente à prix solidaire. Organise également des ateliers pour apprendre à faire soi-même et réparer ses objets.

✉ lechamodix@protonmail.com

☎ 07 82 58 08 59

Kanalien

Sensibilise le grand public à la réduction et à la valorisation des déchets pour préserver l'environnement en inscrivant ses actions dans le paysage local.

💻 kanalien-association.fr

✉ kanalien75010@gmail.com

☎ 06 61 70 72 89

La Maison Upcycling

Propose des créations éco-responsables inspirées de l'artisanat ainsi que des ateliers tous publics pour sensibiliser à la défense de l'environnement et à la réduction des déchets.

💻 lamaisonupcycling.fr

✉ lamaisonupcyclingparis@gmail.com

☎ 07 70 02 44 52

Solil'art

A pour but de lier l'art à la solidarité et à l'écologie en luttant contre la production de déchets dans le domaine artistique et en favorisant une consommation plus responsable et solidaire.

💻 solilart.org

✉ suje@solilart.org

☎ 07 78 34 71 53

La Textilerie

Association animant deux lieux créatifs à Paris qui proposent diverses activités autour du textile et du vêtement dans une logique de filière courte et circulaire (atelier couture, recyclerie-friperie, vestiaire solidaire, sensibilisation et réemploi).

💻 latextilerie.fr

✉ contact@latextilerie.fr

☎ 01 40 35 77 14

NATURE EN VILLE

Naturlish Academy

Club de pêche visant à favoriser l'éveil à la nature et à faire découvrir la richesse de l'écosystème des canaux parisiens. Tous publics à partir de 7 ans.

💻 naturlishacademy.paris

✉ aurelien@naturlish.com

☎ 06 73 87 16 65



5) Emploi, formation et insertion professionnelle

La Maison du Canal

La Maison du Canal, qui est la régie de quartier du 10^e, **favorise l'insertion professionnelle d'habitants salariés de l'association au titre d'une période d'accompagnement**, en partenariat notamment avec la Ville de Paris et les bailleurs sociaux.

La Maison du canal est aussi un **acteur associatif engagé**, à l'initiative de nombreux projets relevant de la solidarité, de la gestion urbaine de proximité, de la médiation sociale et du développement durable.

📍 13-17 rue Louis Blanc
 ☎ 01 42 01 46 83
 ✉ info@lamaisonducanal.fr
 💻 lamaisonducanal.fr

Action'Elles

Accompagne les cheffes d'entreprise et porteuses de projets en proposant de la formation, des ateliers, des rencontres et des clubs de recommandations.

💻 actionelles.fr
 ✉ idf@actionelles.fr
 ☎ 07 68 69 63 88

Association touristique des cheminots

Forme chaque année plus de 1 500 stagiaires au BAFA (Brevet d'aptitude aux fonctions d'animateur) et au BAFD (Brevet d'aptitude aux fonctions de Directeur).

💻 atc-cdf.fr
 💻 atc-routesdumonde.com
 ☎ 01 55 26 94 38

Empow'her Global

Œuvre pour l'autonomisation des femmes à travers l'entrepreneuriat, en les accompagnant pas à pas dans leurs projets.

💻 empow-her.com
 ✉ contact@empow-her.com
 ☎ 06 17 75 18 33

Énergie Femmes

Aide les femmes à assumer leurs ambitions professionnelles et à atteindre leurs objectifs à travers des afterworks, ateliers et mentorats.

💻 energie-femmes.fr
 ✉ energie.femmes@gmail.com
 ☎ 06 17 66 63 33

ETM (Mouvement d'Entraide pour le Tiers-Monde et la Coopération)

Accompagnement socioprofessionnel et culturel pour débiter un parcours vers l'emploi : français oral et écrit, connaissance du monde du travail, ateliers techniques...

💻 etm-entraide.org
 ✉ etm.entraide@live.fr
 ☎ 06 66 97 31 94

Femmes des territoires

Réseau d'entraide pour les créatrices d'entreprise, fondé sur le partage et l'authenticité, qui propose des ateliers et des rencontres (en présentiel ou en ligne).

💻 femmesdesterritoires.fr
 ✉ contact@femmesdesterritoires.fr
 ☎ 07 81 18 57 06



6) Enfance et familles

Les centres Paris Anim' du 10^e

Les quatre centres Paris Anim' du 10^e, en délégation de service public de la Ville de Paris, offrent une palette de quelque **400 activités** dans tous les domaines (accompagnement à la scolarité, culture, langues étrangères, musique, sport, arts du spectacle, arts plastiques, informatique, photo, vidéo, etc.), à des **tarifs préférentiels**. Ouverts toute l'année, ils proposent aussi, pendant les vacances scolaires, **des stages, des sorties et des séjours**.

Ces centres sont équipés pour permettre le **développement de projets de médias citoyens dédiés aux jeunes** (web TV, web radio, projections-débats, journal associatif, etc.). Ils sont gérés par le **CRL10**, qui initie en complément nombre d'actions hors les murs, à commencer par le festival **Voix sur Berges**, l'un des plus grands rassemblements de chorales d'Île-de-France.

→ **Centre Château-Landon**
📍 31, rue du Château-Landon
☎ 01 46 07 84 12

→ **Centre Grange-aux-Belles**
📍 6, rue Boy-Zelenski
☎ 01 42 03 40 78

→ **Centre Jean Verdier**
📍 11, rue de Lancry
☎ 01 42 03 00 47

→ **Centre Jemmapes**
📍 116, quai de Jemmapes
☎ 01 48 03 33 22

❗ En raison des travaux d'ampleur prévus dans la piscine adjacente, les locaux du centre Château-Landon sont temporairement fermés jusqu'en 2026. L'ensemble des activités habituellement proposées sont toutefois maintenues dans des structures de proximité.

💻 Pour plus d'informations : crl10.net

LIEUX D'ACCUEIL ENFANTS-PARENTS

La Caragole

Lieu de parole, d'échange et de jeu dédié aux enfants de 0 à 6 ans, accompagnés d'un parent ou de tout adulte qui lui est proche. Accueil libre et anonyme.

arc-ea.fr

✉ lacaragole@arc-ea.org

☎ 01 42 47 10 11

Graine de Familles

Espace de rencontre, de jeu, de parole et d'écoute pour les enfants 0 à 6 ans et leurs parents.

✉ cdsgdf@estrelia.fr

☎ 06 70 04 82 37

LOISIRS POUR ENFANTS ET FAMILLES

Voir aussi « Sports et loisirs » p. 48

Buena Onda Science Club

Propose des ateliers à destination des jeunes afin de susciter et de nourrir leur intérêt pour la science.

✉ buena.onda.science@gmail.com

Come On Son

Propose des activités sportives et culturelles autour de l'art urbain à destination des jeunes, que l'association accompagne également dans leurs projets sportifs professionnels.

✉ comonson@gmail.com

Dena'ba

Association ancrée dans le quartier du Buisson Saint-Louis avec l'objectif de promouvoir les échanges culturels et de renforcer les liens sociaux, notamment entre les adultes et les jeunes.

✉ associationdenaba@gmail.com

☎ 06 05 54 12 05

Les Mamans de la Grange-aux-Belles (MaGab)

Association visant à permettre aux mères de famille de la Grange-aux-Belles de se rassembler et d'échanger. Elle propose de nombreuses activités à destination des enfants et des jeunes du quartier.

✉ mbjgatse@gmail.com

☎ 06 25 33 65 14

Ngamb'Art

Compagnie proposant des spectacles de danse, musique et percussions pensés pour promouvoir l'éducation populaire et l'insertion de tous à travers l'art. Organise des cours et ateliers autour du sport et de la culture à destination des jeunes.

ngambart-cie.com

✉ ngamb-art@orange.fr

☎ 06 50 73 43 53

SimplEnglish

Vise à promouvoir des méthodes d'apprentissage innovantes à travers des ateliers et des activités sportives et culturelles autour de l'anglais, du skateboard et du cirque. Promeut la pratique sportive des filles et des femmes.

simplenglish.wixsite.com/ecole

✉ ruepublique@yahoo.com

☎ 07 77 05 56 74

ACCOMPAGNEMENT SCOLAIRE ET SOLIDAIRE

Association Jeunesse Saint-Vincent-de-Paul

→ Voir p. 50

Association Robert Desnos

Propose un accompagnement à la scolarité pour les élèves du CE1 à la 3^e ainsi que des ateliers linguistiques pour adultes (apprentissage du français, perfectionnement de l'écrit et de l'oral, conversations).

✉ veronique.morard@bbox.fr

☎ 06 62 41 22 61

Axes pluriels

Espace de vie sociale proposant un accompagnement scolaire pour les élèves du primaire et du secondaire, ainsi que des cours de français et des sorties pour les familles.

📧 axespluriels.org

✉ axespluriels@gmail.com

☎ 01 44 83 03 64

Le Club Tournesol

Espace de vie sociale proposant un accompagnement à la scolarité à partir du CP, ainsi que des activités parents-enfants et un point d'accès au numérique.

📧 arc-ea.fr

✉ clubtournesol10@arc-ea.org

☎ 01 43 29 62 61

L'École de la générosité

Association visant à sensibiliser les élèves de primaire à l'engagement citoyen. Accompagne les enseignants avec un programme pédagogique ludique et accessible afin de valoriser les actions de terrain et le pouvoir d'agir.

📧 ecoledelagenerosite.org

✉ contact@ecoledelagenerosite.org

☎ 06 69 73 00 46

eduCoop

Agit pour l'effectivité du droit à l'éducation au niveau international via la conception de projets, l'organisation de formations, la production d'analyses, la mise en réseau et le plaidoyer.

📧 educoop.org

✉ info@educoop.org

☎ 06 78 60 89 00

ZUPdeCO

Lutte contre le décrochage scolaire via le tutorat solidaire d'élèves en difficulté issus de milieux modestes (du CM1 à la terminale), afin d'améliorer leurs résultats et de les faire gagner en méthodologie et en confiance.

📧 zupdeco.org

✉ info@zupdeco.org

☎ 09 80 86 50 14





7) Handicap et inclusion

Les Deux Marronniers

Maison d'accueil spécialisée qui héberge et accompagne 45 adultes en situation de handicap psychique. Elle est gérée par la fondation des Amis de l'Atelier.

📧 fondation-amisdelatelier.org

✉ mas.paris@amisdelatelier.org

☎ 01 49 49 00 81

Les Écluses

Foyer d'accueil médicalisé accueillant jusqu'à 30 adultes en situation d'autisme. Il est géré par l'association Aurore.

✉ f.mazouz@aurore.asso.fr

📧 aurore.asso.fr

☎ 01 75 93 89 86

Emerjance (CASIP-COJASOR)

Plateforme regroupant l'ensemble des services d'accompagnement destinés aux adultes en situation de handicap ou de vulnérabilité ainsi qu'aux aidants.

📧 casip-cojasor.fr

✉ safirh@casip-cojasor.fr

✉ plateforme.accueil@casip-cojasor.fr

☎ 01 40 33 98 06

J'imagerais

Activités artistiques, culturelles et sportives à destination des personnes avec autisme (enfants, adolescents, adultes).

📧 jimagerais.com

✉ association@jimagerais.com

☎ 07 70 34 38 34

Les Papillons blancs de Paris

Association d'entraide pour les personnes en situation de handicap mental et/ou cognitif et leurs familles.

📧 lespapillonsblancsdeparis.fr

✉ contact@papillonsblancsdeparis.fr

☎ 01 42 80 44 43

Rencontres internationales de l'autisme et TND (RIAU)

Réseau d'entraide pour améliorer la qualité de vie des personnes atteintes d'autisme et autres troubles du neurodéveloppement, de leurs familles et des professionnels qui les entourent, notamment à travers les Rencontres annuelles de l'autisme et TND.

📧 rencontresdelautisme.org

✉ riau.paris@outlook.fr

☎ 07 81 52 17 81

TouPi (Tous Pour l'Inclusion)

Offre un accompagnement aux familles concernées par le handicap cognitif (troubles autistiques, troubles de l'apprentissage, trisomie...).

📧 toupipi.fr

✉ toupipi@outlook.fr

☎ 07 81 82 45 62

Tout en parlant

Activités physiques, animations culturelles et cours de langue adaptés aux personnes malvoyantes.

📧 toutenparlant.org

✉ toutenparlant@gmail.com

☎ 06 61 57 28 17

Visuel LSF Île-de-France

Centre de formation professionnelle spécialisé dans le domaine de la langue des signes française. Tous publics à partir de 16 ans.

📧 visuel-lsf.org/ile-de-france

✉ formations.vlsf.idf@gmail.com

☎ 01 43 15 05 96



8) Histoire, mémoire et patrimoine

AMEJD 10

Association pour la Mémoire des Enfants Juifs Déportés du 10^e ayant pour vocation de sortir de l'oubli les enfants et adolescents qui vivaient dans l'arrondissement avant leur déportation et leur assassinat par les nazis. En plus de ses missions de recherche, l'AMEJD mène des actions pédagogiques et de transmission de la mémoire de la Shoah, s'attachant à défendre les principes de tolérance et à participer au combat contre toutes les discriminations.

📧 amejd10e.wordpress.com

✉ amejd10e@gmail.com

Centre Medem Arbeter Ring

Association culturelle juive laïque, engagée dans la défense des valeurs de justice sociale, de fraternité, de laïcité et de démocratie. Le centre Medem, riche d'un fonds d'archives exceptionnelles et de plusieurs bibliothèques, organise toute l'année des conférences, débats, expositions et ateliers. Il propose aussi des cours de langues tous niveaux (yiddish, hébreu, judéo-espagnol et judéo-arabe).

📧 centre-medem.org

✉ centre.medem@gmail.com

☎ 01 42 02 17 08

Cercle de généalogie juive

Première association de généalogie juive en France, visant à orienter et accompagner quiconque s'engage dans la recherche de ses ancêtres juifs.

📧 genealoj.org

✉ secretariat@genealoj.fr

☎ 01 40 23 04 90

Comité local du 10^e de la Fédération nationale des anciens combattants en Algérie, au Maroc et en Tunisie (FNACA)

Vise à défendre les droits matériels et moraux de tous ceux ayant pris part à la guerre d'Algérie et aux combats du Maroc et de Tunisie (1952-1962), et à agir en faveur de la paix en commémorant la date du 19 mars 1962, cessez-le-feu ayant mis fin officiellement à la guerre d'Algérie.

📧 fnaca75.org

✉ nana.bell@orange.fr

☎ 06 88 77 36 95

Histoire et Vies du 10^e

Société historique du 10^e ayant pour vocation de faire connaître l'histoire de l'arrondissement et de ses habitants, de transmettre sa mémoire et de veiller à la protection de son patrimoine. Elle édite des publications, organise des conférences, balades, visites et expositions. Elle possède aussi un fonds documentaire important, consultable sur rendez-vous.

📧 hv10.org/wordpress

✉ hivie10@gmail.com

☎ 06 29 52 30 45

La Maison de la culture yiddish – bibliothèque Medem

Association visant à favoriser la diffusion de la culture yiddish en France et en Europe, à promouvoir le yiddish comme langue de culture et à défendre la conservation de ce patrimoine immatériel. Elle dispose d'une médiathèque et propose de nombreuses activités en français et en yiddish (cercles de conversation, cours de langue, animations pour enfants, expositions, projections).

 yiddishweb.com

 info@yiddishweb.com

 01 47 00 14 00

Rails & Histoire

Vise à faire vivre l'histoire des chemins de fer et rassemble toutes celles et tous ceux qui s'intéressent au monde de la mobilité sur rail, du tramway au TGV.

 ahicf.com

 contact@ahicf.com

 01 58 20 51 01



Le Souvenir français – Comité du 10^e

Association ayant pour vocation de faire vivre la mémoire combattante à travers de nombreuses initiatives conduites dans les domaines patrimoniaux, commémoratifs et mémoriels. Le Comité du 10^e arrondissement est présidé par François Rousseau.

 le-souvenir-francais.fr

 francois.rousseau.presse2@gmail.com

 06 14 43 79 11

Union nationale des combattants, section 10^e (UNC)

Vise à perpétuer le souvenir des combattants Morts pour la France, et à renforcer les liens d'amitié et de solidarité en rassemblant les hommes et les femmes qui ont porté l'uniforme. La section du 10^e est présidée par Patrick Ayache.

 unc.fr

 ayache_patrick@yahoo.fr

 06 09 21 92 40





9) Humanitaire et solidarité internationale

Amazan Paris

Vient en aide aux étudiants en difficulté à Paris et au Maroc et propose des activités culturelles pour promouvoir la culture amazighe.

🖥️ amazan.paris

✉️ amazan.paris@gmail.com

☎️ 09 54 47 09 02

Amnesty International – Groupe d'action locale Paris La Fayette

Structure-relais d'Amnesty International France qui lutte pour faire connaître et défendre les droits humains partout dans le monde, exiger que les victimes obtiennent réparation et que les auteurs de violences soient traduits en justice.

🖥️ amnesty.fr

✉️ paris.lafayette@amnestyfrance.fr

☎️ 06 80 31 35 52

Association pour la culture et santé au Togo (ACST)

Association visant à promouvoir l'éducation dans les régions du monde défavorisées et à faciliter l'accès aux soins pour les publics fragiles, en collaboration avec des partenaires locaux au Togo.

🖥️ associationacst.org

✉️ acst.acst@yahoo.com

☎️ 06 50 75 97 55

Douleurs sans frontières

Vise à universaliser la lutte contre la douleur en procédant à un transfert de compétences dans les zones où la prise en charge de la douleur n'est pas toujours effective.

🖥️ douleurs.org

✉️ dsf.france@douleurs.org

☎️ 01 48 78 38 42

Khao Niao Solidarité

Organisation d'événements culturels et festifs pour financer des opérations de solidarité au Laos et en Thaïlande.

✉️ khaoniao.lao@gmail.com

☎️ 06 67 09 33 08

Polemde-destinée

Association engagée dans l'aide à la scolarisation pour les enfants de familles démunies à Ouagadougou (parrainages), l'accès à la culture pour tous grâce à la bibliothèque de quartier Polemdé, la prévention et l'accès aux soins.

🖥️ polemde.org

✉️ polemdedestinee@polemde.org

☎️ 06 67 74 79 08

Rotary Club Paris Nord (RCPN)

Association loi 1901, membre du Rotary International qui compte 1,2 million de membres à travers le monde et dont le but est de mener des actions humanitaires et de développer les réseaux de ses membres.

✉️ bernard.ziade@grandear.eu

☎️ 06 86 34 65 35

Solidarités Jeunesses

Association favorisant la construction de la paix à travers des espaces de transmission, de participation et de prise de conscience. Propose des missions de bénévolat en France et à l'international qui valorisent l'échange, la réciprocité et l'ouverture interculturelle. Tous publics à partir de 14 ans.

📧 solidaritesjeunesses.org

✉️ secretariat@solidaritesjeunesses.org

☎️ 01 55 26 88 77

SPEALS (Solidarité Pour Étendre Activement Le Savoir)

Agit dans les zones reculées du monde pour fournir un accès à l'eau potable, à la santé et à l'éducation et améliorer la vie des populations défavorisées à travers des projets de développement local.

📧 speals.fr

✉️ speals.association@gmail.com

☎️ 07 83 84 56 05

Taranaka Ankrombe Aty Andafy

Association loi 1901 ayant pour objectif d'ouvrir des cantines dans des écoles primaires à Ankrombe et Antananarivo (Madagascar).

✉️ lisysol@gmail.com

☎️ 07 69 21 88 68

Terranga'up

Œuvre pour le développement et l'épanouissement des enfants, des jeunes et des femmes au Sénégal et en France, en mettant l'accent sur l'éducation et le développement personnel.

✉️ terranga.up@gmail.com

☎️ 07 71 80 54 63





10) Numérique

Alternet 21

Propose un accompagnement à domicile pour favoriser l'accès de toutes et tous aux technologies de l'information et de la communication (Internet, outils de bureautique...) et permettre leur bon usage.

📧 alternet21_rers10@laposte.net

☎ 06 26 41 64 50

Code Code Codec

Anime des ateliers et des stages pour enfants afin de les aider à maîtriser le numérique et à en faire bon usage. Propose également des permanences afin d'aider les citoyens et les citoyennes dans leurs démarches administratives en ligne.

📧 codecodecodec.com

📧 paris10@codecodecodec.com

☎ 01 82 28 30 66

Cogito

Visé à rendre le numérique accessible à tous en proposant des animations pour enfants (création de jeux vidéo, robotique, conception et impression 3D, dessin assisté par ordinateur...) ainsi que des ateliers-découverte pour adultes (Windows, Internet, accès aux droits en ligne...).

📧 cogiton.org

📧 info@cogito-asso.org

☎ 07 66 68 89 26

Colommbus

Organise des ateliers individuels et collectifs pour accompagner tous les publics vers une première autonomie numérique.

📧 colommbus.org

📧 contact@colommbus.org

☎ 01 85 09 11 14



Besoin d'un coup de pouce pour effectuer vos démarches en ligne ? Vous pouvez également vous faire aider gratuitement par :

- **le Conseiller numérique de la Mairie du 10^e**, qui vous accueille chaque semaine sur rendez-vous (72, rue du Faubourg Saint-Martin / 01 53 72 10 10) ;
- **le centre social Aires 10**, qui propose des permanences sans rendez-vous tous les lundis, mardis et jeudis de 10h à 12h, ainsi que les vendredis de 14h à 16h (2, rue du Buisson Saint-Louis / 01 42 02 82 51) ;
- **l'Espace de vie sociale La Grange**, qui propose des ateliers sur inscription gratuite tous les jeudis de 16h30 à 17h30 (1, rue Louis Blanc / 01 42 01 46 83).



11) Santé et prévention

4A (Ateliers artistiques, accompagnement, art-thérapie)

Dispositifs de médiation à travers les arts plastiques et ateliers d'art-thérapie, en individuel ou en groupe, visant à faciliter l'accès à la création pour les personnes en situation de souffrance, de fragilité, de précarité et d'exclusion.

📧 ateliers4a.wixsite.com/asso
✉ ateliers4a@gmail.com
☎ 06 86 75 11 17

AREMEDIA

Association de santé publique et d'éducation populaire visant à favoriser la promotion de la santé publique, la prévention de comportements à risques et l'accès aux soins dans le cadre d'un travail en réseau. Elle intervient auprès des jeunes et des populations en situation de vulnérabilité psycho-sociale ou d'exclusion.

📧 aremedia.org
✉ contact@aremedia.org
☎ 01 47 70 07 70

Association François Giraud (AFG)

Association dédiée à l'information et au dépistage du cancer en langue des signes française. Ses objectifs sont l'information et la sensibilisation, l'accompagnement et l'accessibilité.

📧 association-francoisgiraud.fr
✉ contact@association-francoisgiraud.fr
☎ 06 35 71 62 95

Association parADOxes

Accueil et consultations d'orientation psychanalytique sur un temps limité pour les jeunes de 11 à 25 ans.

📧 paradoxes-paris.org
✉ paradoxes@paradoxes-paris.org
☎ 06 16 97 66 80

Association des usagers du centre de santé Richerand

Vise à soutenir le centre de santé Richerand et engager des modalités d'action pour son développement. Représente les usagers auprès de la direction et exprime leurs attentes en conseil d'administration.

📧 association-usagers-centre-santé-richerand-paris.fr
✉ associationusagersricherand@gmail.com
☎ 06 50 79 37 02

Centre Phoenix – Fondation Élan Retrouvé

Institut de psychotraumatisme et de résilience proposant des thérapies individuelles, de groupe et familiales ainsi que des ateliers d'art-thérapie.

✉ brahmasoukaina@gmail.com
☎ 07 78 47 75 41

Communauté professionnelle territoriale de santé du 10^e

Association fédérant les acteurs de la santé du 10^e (professionnels de santé, du médico-social et du social) pour améliorer l'accès aux soins et les parcours de soins des patients dans une démarche de santé publique.

📧 cptsparis10.fr
✉ coordination@cptsparis10.fr
☎ 06 58 07 45 89

Empreintes

Association proposant un accompagnement du deuil à travers une ligne d'écoute, des entretiens et des groupes d'entraide. Mène également des actions de formation des professionnels (santé, RH...). Tous publics à partir de 7 ans.

💻 empreintes-asso.com

✉ contact@empreintes-asso.com

☎ 01 42 38 07 08

France ADOT 75

Association d'information et de sensibilisation sur le don d'organes et de tissus humains.

💻 france-adot.org

✉ contact@donneur.eu

☎ 01 80 91 99 01

L'Humain au cœur du soin

Association engagée pour valoriser l'humain dans le soin et plus largement dans la société à travers des conférences, des lectures, des moments de partage et de réflexion.

💻 humainaucoeurdusoin.fr

✉ humainaucoeurdusoin@gmail.com

☎ 01 42 49 91 63

La Maison perchée

Communauté accompagnant les jeunes adultes souffrant de troubles psychiques ainsi que leur entourage. Animée par des personnes souffrantes, elle propose une approche non médicalisée et ouverte à tous pour favoriser une meilleure compréhension et appréhension des maladies mentales.

💻 maisonperchee.org

✉ remi@maisonperchee.org

☎ 06 66 26 48 28

Le Monde à travers un regard

Association engagée dans la lutte contre l'inceste et la pédocriminalité à travers diverses actions d'information et de prévention.

💻 lemondeatraversunregard.org

✉ contact-mtr@googlegroups.com

☎ 06 62 52 54 44

Parcours d'exil

Centre de santé pour exilés souffrant de psychotraumatismes et organisme de formation certifié Qualiopi pour former toute personne travaillant avec les migrants sur le psychotraumatisme (identification, ressources, accompagnement des professionnels...).

💻 parcours-exil.org

✉ contact@parcours-exil.org

☎ 01 45 33 31 74



12) Seniors

Le Conseil des seniors du 10^e

Cette commission extra-municipale est née de la volonté de permettre l'implication de toutes et tous dans la vie citoyenne.

Instance de propositions et de concertation, le **Conseil des Seniors accueille sur simple demande tous les plus de 60 ans et vise à briser l'isolement de nos aînés**. Il s'articule autour de trois sous-commissions (Vie quotidienne, Intergénérationnel et Culture), coopère avec l'ensemble des associations du 10^e, organise des sorties et anime une chorale. Il est présidé par la Maire du 10^e arrondissement et doté d'une vice-présidence collégiale.

✉ conseilseniors10@sfr.fr

☎ 01 53 72 77 42

Association Prim'adal

Association proposant des séances d'activités physiques adaptées (gymnastique d'entretien, équilibre et prévention des chutes, aquagym, tai-chi-chuan...) à un public adulte et principalement senior.

💻 adal.fr/association/primadal

✉ primadal@gmail.com

☎ 01 42 40 45 10

Club sportif Lancry 3^e âge

Propose des cours de gymnastique douce à destination des seniors.

✉ miren.parniere@free.fr

☎ 01 42 05 31 11

Foyer Saint-Laurent

A pour vocation de rompre l'isolement des personnes âgées du quartier en organisant des rencontres amicales tous les mardis après-midi ainsi que divers temps de convivialité (sorties culturelles, loisirs, etc.).

☎ 06 18 19 09 31

Les Petits Frères des Pauvres

Association luttant contre l'isolement des personnes âgées en situation de précarité.

💻 petitsfreresdespauvres.fr

☎ 01 49 23 13 00

Paris en compagnie

Communauté de citoyennes et citoyens engagés qui se mobilisent pour favoriser la mobilité des aînés et lutter contre leur isolement. Quatre types d'accompagnements sont proposés gratuitement aux plus de 65 ans : des sorties loisirs, des accompagnements médicaux, des accompagnements administratifs et des appels de convivialité.

💻 parisencompagnie.org

✉ allo@parisencompagnie.org

☎ 01 85 74 75 76

Relais amical Paris Chabrol

Œuvre à développer le lien social en proposant aux adhérents des activités culturelles, artistiques et physiques (en salle et extérieures), ainsi que des jeux et missions de bénévolat.

💻 relaisamical.fr

✉ rammparischabrol@orange.fr

☎ 01 48 88 01 68

Retraite sportive de Paris

Association proposant de multiples activités physiques et sportives à destination des plus de 50 ans pour leur permettre de préserver leur capital santé.

📧 sport-seniors-paris.com

✉ president@rsp.paris

☎ 06 03 09 72 30

Union CFTD de Paris

Défend les intérêts des retraités notamment en matière de pensions et de protection sociale.

📧 cfdt-retraites.fr/Paris

✉ paris@retraite.cfdt.fr

☎ 01 42 03 88 15

La Maison des aînés et des aidants Paris Nord-Est (M2A)

Ce lieu-ressource accueille gratuitement les Parisiens de 60 ans et plus, ainsi que leurs proches aidants et leurs familles, pour les informer, les orienter et les conseiller.

La M2A est constituée d'une **équipe pluridisciplinaire spécialisée dans l'accompagnement des seniors et de leur entourage** : travailleurs sociaux, infirmiers, ergothérapeutes, psychologues, médecins gériatres... Ces professionnels travaillent en lien privilégié avec tous les partenaires du secteur gérontologique afin d'accompagner au mieux les aînés et les aidants.

L'équipe de la M2A vous accueille du lundi au vendredi, de 9h à 17h30, avec ou sans rendez-vous.

📍 126, quai de Jemmapes

☎ 01 40 40 27 80

✉ contact.nordest@m2a.paris



Seniors, on vous guide !

Le guide édité chaque année par la Ville de Paris à destination des seniors a été conçu afin de faciliter la vie des aînés et de leurs aidants. Repensé et enrichi, il offre une multitude d'informations pratiques liées aux **démarches administratives, dispositifs d'accompagnement, aides et allocations, ou encore centres de soin et offres de loisirs**.

Ce Guide des aînés et des aidants est disponible dans votre mairie d'arrondissement, ainsi qu'à la Maison des solidarités du 10^e et dans les différents lieux dédiés aux seniors (clubs seniors, Maison des aînés et des aidants...). Vous pouvez également le consulter en ligne en vous rendant sur le site paris.fr ou en flashant ce QR code.





13) Solidarités dans le 10^e

La Fabrique de la solidarité

Lieu de mobilisation citoyenne pour tous les Parisiens et Parisiennes qui veulent agir, la Fabrique de la solidarité propose des **formations gratuites pour faciliter l'engagement sur le terrain** et se fait aussi le relais de missions de bénévolat, ponctuelles ou sur la durée.

Véritable incubateur de solidarité visant à accompagner les projets citoyens, c'est aussi un **centre de convergence** facilitant les rencontres entre toutes celles et tous ceux qui luttent au quotidien contre la précarité et l'exclusion. Dans ce but, la Fabrique de la solidarité propose toute l'année une **programmation mensuelle variée** permettant de s'informer et d'échanger.

Pour suivre son actualité, inscrivez-vous à sa newsletter en flashant ce QR code.



📍 8 rue de la Banque, 75002 Paris
✉ fabrique-solidarite@paris.fr

ENTRAIDE ET LUTTE CONTRE LA PRÉCARITÉ

4A

➔ Voir p. 47

CAMRES

Accueil de jour inconditionnel visant à orienter toute personne en situation de précarité, et à assurer l'accompagnement des personnes en rupture de droits sanitaires et sociaux. Mène aussi des actions de prévention et de réduction des risques, et agit pour lutter contre les phénomènes d'isolement et d'exclusion.

💻 camres.fr
✉ equipecamres@gmail.com
☎ 01 40 38 44 88

La Cloche

Agit contre l'exclusion des personnes sans domicile fixe et en situation de grande précarité à travers la création de lien social et le bénévolat inclusif.

💻 lacloche.org
✉ parisnord@lacloche.org
☎ 07 68 41 96 71

Croix-Rouge française (unité locale des 3^e et 10^e arrondissements de Paris)

Unité organisée autour de trois pôles : urgences et secours, action sociale (maraudes, boutiques solidaires, cours de français langue étrangère, écrivains publics...), et formation aux gestes de premiers secours.

💻 paris.croix-rouge.fr/paris-3e-10e
✉ ul.paris10@croix-rouge.fr
☎ 01 42 06 79 05

Dans ma rue

Organise des maraudes sociales auprès des personnes sans-abri avec l'objectif de favoriser le lien social.

 dansmarue.net

 antenne10@dansmarue.net

 06 81 75 39 56

Diaconat de la rencontre

Service rattaché à l'Église protestante unie de France qui porte et relaie divers projets d'entraide (parrainages, collectes, etc.).

 egliseprotestantedelarencontre.epudf.org

 eglisedelarencontre@gmail.com

 01 42 46 65 01

Emmaüs Solidarité

Accueille, héberge et accompagne les personnes en situation de grande précarité vers le chemin de l'insertion au travers d'une centaine de dispositifs et structures. Organise des maraudes pour porter assistance aux personnes à la rue.

 emmaus-solidarite.org

 communication@emmaus.asso.fr

 01 44 82 77 20

Entourage

Offre aux personnes souffrant d'isolement et d'exclusion les réseaux nécessaires pour rebondir et retrouver leur place dans la société. Mène aussi des actions de sensibilisation auprès des communautés locales.

 entourage.social

 contact@entourage.social

 06 11 04 06 14

Entraides citoyennes

Vient en aide aux sans-abri et aux personnes démunies en organisant chaque semaine des maraudes pour distribuer gratuitement de la nourriture et des produits de première nécessité. Propose aussi des cours de français langue étrangère.

 entraides-citoyennes.org

 contact@entraides-citoyennes.org

 06 62 34 51 24

Habitat & Humanisme

Association ayant pour mission de gérer des appartements dans le 10^e pour loger des familles en difficulté adressées par la Ville de Paris.

 habitat-humanisme.org

 m.guet@habitat-humanisme.org

 06 78 84 81 01

Ordre de Malte France (délégation Paris 10^e)

Conduit des actions caritatives auprès des plus démunis et des malades.

 ordredemaltefrance.org

 delegationparis10@ordredemaltefrance.org

 06 16 53 18 57

Pat à pas

Activités de médiation par l'animal et la nature afin de favoriser l'épanouissement et l'autonomie de personnes en situation de vulnérabilité. Propose aussi des ateliers coopératifs à destination de personnes à la rue (formation, santé, hébergement...).

 assopatapas.org

 asso.patapas@gmail.com

 07 67 67 41 92

Protection civile Paris Seine (antenne du 10^e)

Assure des missions opérationnelles de secours, des formations en secourisme ouvertes à tous à partir de 10 ans, et des actions humanitaires et sociales.

 protectioncivile-paris10.org

 contact@protectioncivile-paris10.org

 06 65 81 11 10

Les Restos du Cœur Paris

Propose une aide alimentaire et un accompagnement inconditionnel pour une insertion sociale et économique durable. Mène de nombreuses missions sociales pour accompagner au mieux les personnes qui en ont besoin (Restos Bébés, alphabétisation, soutien scolaire, ateliers divers...)

 ad75.restosducoeur.org

 contact@restosducoeur75.org

 01 53 24 78 14

Secours Catholique – Caritas France

Agit sur le terrain pour faire reculer la pauvreté et les inégalités en France et dans le monde.

 paris.secours-catholique.org
 audrey.tuffery@secours-catholique.org
 06 76 70 40 40

EXILÉS, DEMANDEURS D'ASILE, RÉFUGIÉS

ACINA

Offre un accompagnement socio-professionnel aux personnes étrangères en situation régulière en France qui souffrent de la précarité.

 acina.fr
 oliveira.acina@gmail.com
 07 68 01 54 61

Association d'assistance scolaire, linguistique et culturelle (ASLC)

Œuvre pour l'intégration des populations migrantes sinophones en Île-de-France. Propose diverses formations en français, chinois et persan.

 centre-linguistique.com
 aslc@aslc-paris.org
 01 85 09 18 85

Coordination de l'accueil des familles demandeuses d'asile (CAFDA)

Structure de premier accueil pour les demandeurs d'asile, qui a pour mission d'accueillir, orienter et accompagner les familles.

 casp.asso.fr
 cafda.standard@casp.asso.fr
 01 45 49 10 16

Français langue d'accueil

Accompagne les demandeurs d'asile et les réfugiés à travers des ateliers d'insertion socio-professionnelle (rédaction de CV, vocabulaire des métiers, informatique...). Propose diverses activités pour mieux faire découvrir la France, sa langue et sa culture.

 francais-langue-daccueil.org
 francaislanguedaccueil@orange.fr
 09 80 89 58 98

Kabubu

Visé à favoriser l'inclusion sociale et professionnelle des personnes exilées à travers le sport en proposant des activités inclusives, des ateliers de sensibilisation aux enjeux migratoires, et des programmes personnalisés de formation et d'accompagnement.

 kabubu.fr
 info@kabubu.fr
 06 85 21 60 40

La Maison de la Syrie

Visé à aider et accompagner les Syriens expatriés au travers de l'insertion sociale et professionnelle.

 helloasso.com/associations/la-maison-de-la-syrie
 lamaisonsyrie@gmail.com
 06 51 92 57 41

DIVERS

Association nationale de visiteurs de personnes sous main de justice (ANVP)

Association de visiteurs de prison offrant un accompagnement moral et financier aux personnes détenues et à leurs familles.

 anvp.org
 a-pitiot@orange.fr
 06 72 01 43 62



14) Sports et loisirs

L'Office du mouvement sportif du 10^e (OMS 10)

Cette association loi 1901, créée en 1948 et agréée par le ministère des Sports, rassemble 38 associations et clubs sportifs. Elle a pour objectif de promouvoir, faciliter et soutenir l'activité physique pour toutes et tous dans le 10^e, en agissant plus particulièrement auprès des enfants et des jeunes. Une permanence est organisée tous les mercredis (hors vacances scolaires) de 10h à 12h.

📍 Mairie du 10^e, 72 rue du Faubourg Saint-Martin
 ☎ 01 53 72 93 76
 💻 oms10paris.com
 ✉ oms10paris@wanadoo.fr

ARTS MARTIAUX ET SPORTS DE COMBAT

Aïkido Club Cheminots – Gare de l'Est

Association promouvant l'enseignement et la pratique de l'aïkido. Cours et stages pour adultes et enfants à partir de 6 ans.

💻 aikidopatrice.com
 ✉ patrice.reuschle@gmail.com
 ☎ 06 81 91 35 97

ASC Rajakalai

Cours de kung-fu traditionnel et moderne tous publics (enfants à partir de 6 ans, adolescents et adultes).

💻 asc-rajakalai.assoconnect.com
 ✉ rajakalai@hotmail.fr
 ☎ 06 66 03 93 96

Association française de shuai-jiao (AFSJ)

Association visant à promouvoir la pratique de la lutte chinoise (shoubo/shuai jiao) et du tai jiquan.

💻 shoubointernational.com
 ✉ shoubo.international@gmail.com
 ☎ 01 42 03 54 94

Hon Hap Kune (AETCCTSWF)

Cours de tai-chi-chuan traditionnel style Wu, enseigné et pratiqué comme une gymnastique douce de bien-être. Tous les mercredis de 20h à 21h30 (hors vacances scolaires) au gymnase Julie Vlasto.

💻 honhapkune.com
 ✉ honhapkune@gmail.com
 ☎ 06 32 75 74 71

Judo Club Saint-Martin

Enseignement du judo dispensé en respectant les valeurs du code moral des arts martiaux. Cours pour tous à partir de 3 ans ainsi que cours parents-enfants.

💻 judoclubsaintmartin.fr
 ✉ judoclubsaintmartin@gmail.com
 ☎ 06 42 59 85 02

Sen'Yuu Karaté

Cours de karaté pour enfants, adolescents et adultes.

📧 karate-senyuu.fr

✉ contact.senyuu@gmail.com

☎ 07 68 81 59 29

Shiwol soo bahk

Cours de soo bahk do (art martial traditionnel coréen), de qi gong et de tai chi. Tous publics.

✉ elodie_mollet@yahoo.fr

☎ 06 86 71 22 72

Tenchi

Cours d'aïkido à partir de 6 ans et séances « sport-santé » pour toutes et tous.

📧 aikido-paris.org

✉ tenchi@aikido-paris.org

☎ 06 88 63 31 09

DANSE

Association Plateau 24

Cours de modern jazz, hip hop, dance hall et street jazz pour tous les âges.

✉ plateau24@aliceadsl.fr

☎ 06 20 54 60 98

Cyril Joss Danse Club (CJDC 75)

Club de danse sportive tous niveaux, enfants et adultes.

✉ parisjossdanseclub@gmail.com

☎ 06 60 95 33 34

CodaJazz, le collectif pour la danse jazz

Soutient la danse jazz à travers la création et la pédagogie, pour les professionnels et les étudiants en danse à partir de 15 ans.

📧 codajazz.fr

✉ contact@codajazz.fr

☎ 06 64 26 32 15

Cyberdanse Paris

Cours tous publics à partir de 15 ans : danse classique, jazz, French cancan, flamenco, barre au sol, gym-danse, art du qi, ateliers d'expression et ateliers chorégraphiques.

📧 cyberdanseparis.com

✉ benedictteohara@gmail.com

☎ 06 41 48 99 02

Tap Dance Paris

Cours de claquettes tous niveaux, spectacles et stages internationaux.

📧 tapdanceparis.com

✉ contact@tapdanceparis.com

☎ 06 84 79 70 45

ÉCHECS

Paris Jeunes Échecs

Club de la Fédération française des échecs proposant des cours pour enfants et adolescents de 5 à 16 ans et animant des ateliers dans les établissements scolaires.

📧 parisjeunesechecs.com

✉ parisjeunesechecs@gmail.com

☎ 06 23 15 53 35

Schlak

Association proposant des activités autour du jeu d'échecs pour les 5-15 ans (stages, tournois et club FFE).

📧 schlak.org

✉ asso.schlak@gmail.com

☎ 06 66 90 98 64

FOOTBALL ET SPORTS DE BALLON

Alien Foot Paris 10

Club de football mixte à la Grange-aux-Belles pour apprendre et pratiquer. À partir de 3 ans.

✉ alienfoot1906@gmail.com

☎ 06 88 99 50 82

Les Anciens de la GAB

Association proposant de nombreux événements multi-sports et intergénérationnels tels que Les Rencontres Sportives du 10^e, dans une logique de vivre-ensemble, d'émancipation par le sport et de lutte contre les inégalités.

✉ lesa2gab@yahoo.com
☎ 07 52 22 64 80

Basse Cour

Club de basketball comptant 2 équipes seniors, ainsi qu'une section U15 et une section U18 pour les enfants nés entre 2008 et 2012.

✉ basket.bassecour@gmail.com
☎ 06 59 57 07 91

Paris Futsal / Speals

Club de football et de futsal qui promeut l'inclusion à travers une offre sportive tous publics à partir de 4 ans. Propose aussi un accompagnement scolaire et mène des campagnes de sensibilisation pour lutter contre les rixes.

✉ parisfutsal.academie@gmail.com
☎ 07 83 84 56 05

Splashquatre

Association dédiée au basket-ball qui propose une pratique sportive à la carte, destinée au public adulte. Lien social et mixité sont au cœur du projet avec des tournois, des matchs-loisirs et des formats innovants adaptés au rythme de vie de chacun.

📧 splashquatre.fr
✉ splashquatre@outlook.com
☎ 06 63 65 74 17

Quai de Jemmapes X (QDJX)

Association visant à créer du lien social à travers le sport et lutter contre toutes les formes de discriminations. Propose des parcours artistiques et des ateliers de basket-ball en étroite collaboration avec les collègues du 10^e et organise des entraînements de basket-ball réservés aux femmes, tous âges et tous niveaux confondus.

✉ qdjxbasket@gmail.com
☎ 06 18 14 92 99

MULTISPORTS

Association Jeunesse Saint-Vincent-de-Paul

Mobilise les jeunes via diverses activités socio-éducatives (accompagnement scolaire, sport, loisirs...) afin de promouvoir la solidarité, l'entraide et l'engagement au service de tous.

✉ accueil@jeunes-saintvincent.org
☎ 01 48 78 61 01

Association jeunesse et sports du monde 75 (AJSM 75)

Propose des activités sportives, des animations scolaires, des ateliers handisport et des séjours en France et à l'international.

📧 ajsm75-asso.fr
✉ association.jsm@hotmail.com
☎ 06 19 11 93 63

Cage Projets

Propose des activités autour du sport, de la danse et de l'audiovisuel.

✉ cageprojets75@gmail.com
☎ 07 69 01 74 87

Club populaire et sportif du 10^e (CPS 10)

Club omnisports établi depuis 1935 au cœur du 10^e arrondissement et réunissant aujourd'hui plus de 1 000 adhérents autour des sports suivants : escalade, tennis de table, badminton, volley, futsal et gymnastique.

📧 cps10.fr
✉ info.tous.sports@cps10.fr
☎ 06 43 57 41 78

COEGF

Club omnisports proposant dans le 10^e des cours de badminton (gymnase Jean Verdier) et de basketball (gymnase Château-Landon). Pour adolescents et adultes.

📧 coegf.fr
✉ coegf2@gmail.com
☎ 06 09 24 70 60

Sine Qua Non

Association engagée dans la lutte contre les violences sexuelles et sexistes, qui œuvre pour la réappropriation de l'espace public par les femmes au travers d'activités sportives (sessions de football féminin, séances mensuelles et gratuites de running...).

📧 assosinequanon.org

✉ contact.tuvis.tudis@gmail.com

NATATION ET ACTIVITÉS AQUATIQUES

Dolphin Club 10°

Association loi 1901 affiliée à la FFESSM et proposant des cours de plongée en bouteille et en apnée (piscine, fosse, sorties en milieu naturel) pour les jeunes de 8 à 17 ans ainsi que pour les adultes.

📧 dolphinclub10.fr

✉ communication@dolphinclub10.fr

☎ 06 30 56 53 24

La Libellule de Paris

Club de natation et de waterpolo pour enfants et adultes.

📧 libelluledeparis.net

✉ libelluledeparis@gmail.com

Les Mouettes des écluses

Cours de natation et séances d'aquagym, tous publics à partir de 6 ans.

✉ mouettesdesecloses@gmail.com

Swim Easy (Association Natation Pour Tous)

Propose des stages et ateliers de perfectionnement technique organisés à l'INSEP (Paris 12°), ainsi que des séances hebdomadaires « Nagez Forme Santé » à la piscine Catherine Lagatu (Paris 10°). Public adulte tous niveaux.

📧 swimeasy.fr

✉ stagesnpt@gmail.com

☎ 06 38 65 75 92

PARCOURS URBAIN

Pink Parkour

Association favorisant le développement et la promotion du Parkour auprès d'un public principalement féminin.

📧 pinkparkour.com

✉ pinkparkour@gmail.com

☎ 06 87 14 58 60

PÉTANQUE

La Boule du 10

Club associatif soutenant la pratique de la pétanque pour tous, et organisant des concours et des prestations diverses pour particuliers, sociétés et associations. Tous publics à partir de 10 ans.

📧 labouledu10.sportsregions.fr

✉ labouledu10@gmail.com

☎ 06 85 35 16 63

SPORTS DE GLISSE

Rue Publique

➡ Voir p. 16

TENNIS

Tennis Club du 10°

Cours de tennis pour enfants et adultes.

📧 tc10.fr

✉ contact@tc10.fr

☎ 06 30 60 63 39

YOGA, GYMNASTIQUE DOUCE ET MÉDITATION

À corps poétique

Association visant à promouvoir l'activité physique et animant des ateliers transdisciplinaires coopératifs qui valorisent le mouvement comme source d'apprentissage. Tous publics à partir de 7 ans.

📧 acorpspoetique.fr

✉ marta.havlicek@gmail.com

☎ 06 81 74 62 10

Centre International Sivananda de Yoga Vedanta

Congrégation dédiée depuis plus de 40 ans à l'enseignement du yoga classique et intégral en proposant chaque semaine plusieurs dizaines de cours, stages et sat-sangs (méditation de groupe) dont plusieurs sont gratuites.

📧 sivanandaparis.org
✉ paris@sivananda.net
☎ 06 37 36 19 01

Nour

Association d'inclusion sociale par l'activité physique qui propose des cours de yoga et de yoga-boxe à prix libre (gratuits pour les personnes en situation de précarité). Tous publics et sans engagement.

📧 nour-yoga.com
✉ contact@nour-yoga.com
☎ 06 12 64 83 64

Pilipili

Cours et activités diverses destinés au bien-être et à l'épanouissement de la personne (danse africaine, percussions corporelles, massages...)

📧 pilipili.fr
✉ pilidanse@gmail.com
☎ 06 61 51 20 47

SPONTé, le mouvement naturellement

Ateliers et activités collaboratives autour de la danse et du mouvement, fondés sur une approche somatique (relation à l'autre, image et perception de soi).

📧 marika-rizzi.com
✉ ass.sponte@yahoo.fr
☎ 06 22 12 56 93





15) Vie de quartier

Ensemble, nous sommes le 10^e

Ce collectif d'associations a été créé en 1996 pour favoriser la participation des habitants, français et étrangers, à la vie sociale, culturelle et politique du 10^e arrondissement. Il contribue au renforcement de la démocratie locale et à l'exercice de la citoyenneté en développant les échanges inter-associatifs d'expressions culturelles très diverses, notamment à travers une grande « **Saison interculturelle** », organisée chaque année en septembre, ou encore « **La P'tite Istanbul en fête** », organisée par l'ACORT avec le conseil de quartier Saint-Denis/Paradis.

Ensemble, nous sommes le 10^e est membre du **Collectif de mobilisation du 10^e pour un accueil digne et solidaire des exilés**, et a travaillé ces dernières années avec le Collectif des associations citoyennes sur les libertés associatives, leur financement et marchandisation, et leurs droits dans une démocratie.

📍 Mairie du 10^e, 72 rue du Faubourg Saint-Martin
 💻 ensemble10.fr
 ✉ contact@ensemble10.fr

Accorderie du Grand Belleville

Système d'échange de services fondé sur la « monnaie temps » (petit bricolage, dépannage informatique, garde d'animaux...) à travers les 10^e, 11^e et 20^e arrondissements.

✉ belleville@accorderie.fr
 ☎ 07 69 09 03 55

Action Barbès

Association de riverains du carrefour Barbès (9^e, 10^e et 18^e arrondissements) visant à améliorer leur cadre de vie et menant diverses actions d'information et de sensibilisation au sein du quartier.

💻 actionbarbes.blogspot.com
 ✉ action.barbes@gmail.com
 ☎ 06 72 52 71 42

ADLJ 116 118

Association des locataires du 116/118 quai de Jemmapes œuvrant pour le bien vivre ensemble.

✉ adlj116118@yahoo.fr
 ☎ 06 64 24 74 68

AIRES 10 (Association Initiatives Rencontres et Solidarité 10^e)

Maison des quartiers Buisson Saint-Louis et Sainte-Marthe agissant en faveur du lien social, des initiatives citoyennes et des projets d'éducation populaire.

💻 aires10.net
 ✉ contact@aires10.net
 ☎ 01 42 02 82 50

Association des locataires du 30, rue d'Hauteville

Association qui vise à la défense et à la représentation des locataires de la résidence auprès du bailleur social et participe à la vie du quartier.

✉ assolocataires30hauteville@gmail.com
 ☎ 06 43 32 19 06

Association des locataires Louis Blanc / Jemmapes

Association de défense des intérêts des résidents des immeubles RIVP des 13, 15 et 17 rue Louis Blanc et 180 quai de Jemmapes œuvrant pour l'amélioration de la qualité de vie dans le quartier.

✉ assolocatairesgab@gmail.com

☎ 06 61 89 71 18

Association des riverains du canal Saint-Martin

Association de défense des riverains du canal Saint-Martin.

✉ ass.canalsaintmartin@gmail.com

☎ 06 80 04 20 13

Carrefour 10°

Propose de nombreuses activités culturelles, sportives et créatives. Accueil et organise régulièrement des réunions avec diverses associations dont les Alcooliques Anonymes et les Narcotiques Anonymes.

✉ asso.carrefour10@hotmail.com

☎ 01 42 34 23 60

Collectif La Traverse du 10°

Créé fin 2024, il réunit usagers de la Halte Soins Addictions Jean-Pierre Lhomme, associations, habitants, ainsi que professionnels et bénévoles de la réduction des risques, pour valoriser les actions menées et lutter contre les idées reçues.

✉ collectifparisien75010@gmail.com

Collectif Rue d'Alsace

Réunissant habitants, commerçants, hôteliers et restaurateurs du quartier des Deux Gares ainsi qu'usagers et cheminots, ce collectif vise à mettre en œuvre toute action bénéfique à la qualité de vie et à l'environnement de travail. Il agit en lien avec les pouvoirs publics, les associations et les collectifs de l'arrondissement.

✉ collectifruedalsace@gmail.com

Comité des habitants Gare du Nord / La Chapelle

Visé à améliorer le cadre de vie des habitants. Met en place diverses initiatives pour animer le quartier et favoriser le vivre-ensemble.

☎ 06 76 57 59 77

✉ chgdnlc@gmail.com

Défense d'éléphant

Visé à favoriser les actions culturelles, festives, solidaires et sociales dans le quartier de la place Jan Karski pour en faire un lieu d'échange et de partage, en lien avec les acteurs associatifs et institutionnels du 10°.

✉ defensedelephant@mailo.com

☎ 01 53 26 36 91

Demain La Chapelle

Association de quartier apolitique constituée d'habitants, de commerçants et de personnes travaillant autour de la station de métro La Chapelle qui œuvrent collectivement pour améliorer leur cadre de vie.

✉ demainlachapelle@gmail.com

☎ 06 48 58 84 45

Ernest Circuit Court Solidarité

Association d'aide alimentaire financée par le biais d'un bar-restaurant solidaire et l'organisation de festivals.

📱 hello-ernest.com/fr

✉ contact@hello-ernest.com

☎ 06 06 70 11 36

Équipe des volontaires de l'Arche

Accompagne, en matière de sécurisation et de transport de personnes, les organisateurs d'événements de quartier (forum, vide-greniers, manifestation sportive, bal populaire...).

✉ association.eva99@gmail.com

☎ 06 51 97 14 82

La Grange

Cet Espace de vie sociale (EVS) rattaché à la Maison du Canal (voir p. 37) est un lieu-ressource ancré au cœur du quartier populaire de la Grange-aux-Belles, qui s'engage activement pour la solidarité, le développement durable et l'animation socioculturelle locale en œuvrant au quotidien pour renforcer les liens sociaux et améliorer le cadre de vie.

📧 lamaisonducanal.fr

✉ vieasso@lamaisonducanal.fr

☎ 06 36 78 05 43 / 01 85 09 05 96

Habiter Paris

Lutte contre la pollution sonore et la monoactivité en défendant les artisans parisiens et le quartier village.

✉ ass.habiterparis@gmail.com

☎ 06 80 04 20 13

Le Pari's des Faubourgs

Centre social et culturel ouvert à tous les habitants désireux de s'impliquer dans la vie de leur quartier. Propose toute l'année diverses activités sportives et culturelles, des ateliers ainsi que des séances d'accompagnement à la scolarité.

📧 lepfb.net

✉ accueil@lepfb.net

☎ 01 45 23 34 87

Les Femmes s'inventent

Association créant des espaces de rencontre et de prévention à destination des jeunes filles.

✉ lfiparis10@gmail.com

☎ 06 71 22 42 71

Les Pierrots de la Nuit

Mène des actions de médiation et de conseil pour prévenir les nuisances sonores liées aux lieux de vie nocturne.

📧 lespierrotsdelanuit.org

✉ contact.meditation@lespierrotsdelanuit.org

☎ 01 40 26 94 05

Quartier Partagé

Collectif de quinze associations du 10^e proposant des événements festifs et venant en aide aux populations démunies ou dans le besoin. Appel à bénévolat ponctuel le week-end pour des animations ou distributions de café dans les squares du 10^e.

📧 quartierpartage.blogspot.com

✉ quartierpartage@gmail.com

☎ 07 86 73 07 83

UFC-Que Choisir de Paris

Association visant à informer, conseiller et défendre les consommateurs. Mène aussi des actions de sensibilisation pour aider chacun à mieux consommer.

📧 parisouest.ufcquechoisir.fr/

✉ ufcparisouest14@gmail.com

☎ 01 56 68 97 48

Vivre ! Boulevard de Strasbourg / Faubourgs Saint-Denis et Saint-Martin

Vise à améliorer la qualité de vie et l'environnement quotidien des habitants et habitantes du quartier.

📧 vivrebdeststrasbourgfgstdenisstmartin.org

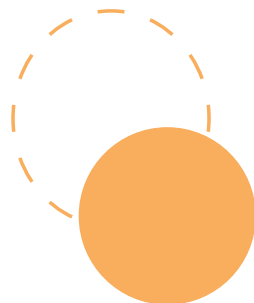
✉ vivrestrasbourgstdenisstmartin@gmail.com

Vivre Gares du Nord & Est

Association citoyenne et apolitique visant à se faire l'intermédiaire entre les autorités locales et les habitants, riverains et commerçants du quartier des Deux Gares pour favoriser le mieux vivre ensemble.

✉ quartiersgares10e@gmail.com

☎ 06 12 90 54 05





Vos contacts utiles

Mairie du 10^e arrondissement
📍 72, rue du Faubourg Saint-Martin
☎ 01 53 72 10 10
✉ mairie10@paris.fr

Kiosque citoyen / Maison de la vie associative
et citoyenne du 10^e
📍 35, rue de l'Aqueduc
☎ 01 40 38 80 70
✉ maison.asso.10@paris.fr

Pour en savoir plus : www.mairie10.paris.fr

SUIVEZ-NOUS
SUR LES RÉSEAUX



[@mairie10paris](https://www.instagram.com/mairie10paris)



Ne pas jeter sur
la voie publique