

Programme
des clubs séniors



Octobre 2025 / Clubs séniors / Espace Parisien des Solidarités Centre

CLUB	Date	Horaire	Thème
Cléry	Mercredi 1 ^{er}	10h	Stage d'initiation au smartphone et à la tablette, animé par Kocoya nouveau
Au Maire	Jeudi 2	14h	Chorale participative animée par Françoise
Ave Maria	Vendredi 3	10h	Randonnée à Fontainebleau au départ de la gare de Lyon à 10h (prévoir sac à dos et pique-nique).
Au Maire	Lundi 6	14h30	Conférence spéciale « Semaine bleue », l'histoire du théâtre proposée par Artora
Cléry	Mardi 7	10h	Stage de danses latines, animé par Lucie nouveau
Au Maire	Mercredi 8	15h	Spectacle de théâtre spécial semaine bleue « Toi & moi » proposé par la troupe de benjamin
Au Maire	Jeudi 9	11h	Sortie et visite du théâtre du Chatelet avec déjeuner à l'extérieur
Au Maire	Vendredi 10	14h30	Atelier spécial semaine bleue de théâtre animé par Benjamin
Jardin des Halles	Lundi 13	14h	Chorale participative animée par Françoise
Cléry	Vendredi 24	10h	Randonnée et sortie à la maison de Jean Paul Belmondo (Pic-nique)
Au Maire	Vendredi 31	14h30	Après-midi spécial Halloween Ciné-club film d'horreur et goûter spécial

Modalités d'inscription

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



Activités physiques		
	CLUBS	Jours et horaires
Danse	Cléry	Mardi 10h-11h nouveau
Relaxation-yoga	Au Maire	Vendredi 10h-11h/11h15-12h15
Marche rapide	Cléry	Jeudi 14h30-15h30
Gymnastique douce	Jardin des Halles	Mardi 14h30-15h30
Fitness-boxe	Jardin des Halles	Jeudi de 15h-16h nouveau

Activités multimédia		
	CLUBS	Jours et horaires
Cours informatique	Au Maire	Vendredi 14h30-17h
Cours informatique	J des Halles	Mercredi 14h30-17h
Initiation informatique	Au Maire	Jeudi 10h30-12h
Accès aux Ordinateurs	Au Maire	Lundi au vendredi de 10h à 17h

Activités manuelles		
	CLUBS	Jours et horaires
Tricots et couture	Au Maire	Lundi 14h-17h
Atelier Origami	Ave Maria	Lundi 10h-12h
Atelier mosaïque	Ave Maria	Jeudi à partir de 14h30
Atelier argile	Ave Maria	Mercredi 10h-12h
Peinture	Au Maire	Mardi 10h-12h
Peinture	J des Halles	Mardi 14h-17h
Peinture Création bijoux	Cléry	Mercredi & vendredi 10h-12h Mardi 14h-17h

Jeux de société		
	CLUBS	Jours et horaires
Tarot	Cléry	Mercredi & Vendredi 14h-17h
Billard	Au Maire	Mardi & Jeudi 14h30-17h
scrabble	Madeleine Béjart	Vendredi 14h-17h
Jeux de société	Au Maire	Vendredi 14h-17h
Bridge	Au Maire	Mardi 14h-17h
Initiation tarot	Madeleine Béjart	Mardi 14h-17h
Jeux de mémoire	Au Maire M-Béjart	Mercredi 14h30-16h Mercredi 10h30-12h
Jeux de cartes	J des Halles	Mardi 14h-17h
Jeux de logique	J des Halles	Jeudi 11h15-12h15 nouveau

Activités prévention santé		
	CLUBS	Jours et horaires
Auto massage	Au Maire	Mardi 10h30-11h30
Auto massage	Madeleine Béjart Jardin des Halles	Jeudi 11h-12h Mercredi 15h-16h
Sophrologie	J des Halles Petit Rémouleur Madeleine-B	Mardi 11h30-12h30 Mardi 14h30-15h30 Jeudi 15h30-16h30

Activités culturelles		
	CLUBS	Jours et horaires
Anglais	Au Maire	Lundi 14h30-16h
Atelier d'écriture	Ave Maria	Mardi 14h30-17h
Atelier théâtre	Madeleine Béjart	Mercredi 14h30-17h

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

Club Cléry
50, 52 rue de Cléry 75002 Paris
Tél 01 40 28 90 43
Dsol-Clubs-Pariscentre@paris.fr
Bus 20
Métro Sentier

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

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

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

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