

Programme
des clubs séniors

CLUB	Date	Horaire	Thème
Les Arènes	Lundi 1	15h	Atelier d'écriture
Lamarck	Mercredi 3	14h30	Sortie musée de la Légion d'honneur et des ordres de Chevalerie
Caulaincourt	Jeudi 4	14h30	Retour à l'école, atelier mémoire de rentrée
Les Arènes	Jeudi 4	14h30	Atelier danse brésilienne
Les Arènes	Jeudi 11	15h	Yoga du rire
Les Arènes	Jeudi 11	14h	Atelier initiation à la poterie
Caulaincourt	Vendredi 12	14h30	Bal orchestre - Olmedo
Lauth	Mardi 16	14h30	Grande randonnée GR75 –Départ porte de la Villette - Arrivée porte de Bagnolet
Les Arènes	Mercredi 17	14h30	Promenade à la porte de la Chapelle
Caulaincourt	Mercredi 17	14h	Tournoi de ping-pong
Arènes	Jeudi 18	14h	Bal orchestre- Bessieres
Lauth	Vendredi 19	14h	Grande dictée
Lamarck	Vendredi 19	14h30	Promenade guidée « Autour du Pont-Neuf »
Agutte	Lundi 22	13h30	Parcours Olympique partagé-Super POP 2025
Agutte	Mercredi 24	14h30	Interclubs chant: Agutte/Ternes
Arènes	Jeudi 25	14h	Projection: « les rendez-vous de Paris »
De Maistre	Jeudi 25	14h30	Visite du musée des pompiers de Paris
Lauth	Vendredi 26	14h30	Grand Quizz
Arènes	Vendredi 26	15h15	Séance ouverte de Tai-chi
Lamarck	Vendredi 26	14h00	Sortie Crypte archéologique

Modalités d'inscription

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



Se divertir | Apprendre | Se rencontrer

Activités physiques et bien-être



	CLUBS	Jours et horaires
Ping-pong	Lamarck	Lundi, mardi, jeudi, vendredi 14h-17h
Ping-pong	Caulaincourt	Mercredi 14h -17h
Gym douce	Caulaincourt	Vendredi 15h-17h
Gym douce	Agutte	Jeudi 10h et 14h30
Badminton	Lauth	Mardi 10h-12h nouveau
Yoga	Caulaincourt	Lundi 14h30-15h30 sur inscription
Pilâtes	Agutte	Vendredi 10h- 11h sur inscription
Sophrologie	Lamarck	Mercredi 10h30-11h30
Restons en forme	Les Arènes	Mardi 10h30-11h30 et 14h30-15h30
Méditation Zen	Caulaincourt	Mardi et Vendredi 10h-12h
Danse en ligne	Agutte/ Lauth	Mardi 10h-12h et 14h-17h
Danse en ligne	Les Arènes	Jeudi 10h-12h
Danse en ligne	Caulaincourt	Lundi 10h-12h
Bal	Agutte/ Lauth	Mercredi 13h30-17h/Vendredi 14h-17h

Activités multimédia



	CLUBS	Jours et horaires
Atelier Photo	Lauth	Jeudi 14h-17h sur inscription
Accès aux Ordinateurs	Agutte/Arènes/ Lauth	Lundi, mardi 10h-12h et jeudi 10h-12h / 16h-17h (sur RDV)
Aide smartphone	De Maistre	Mardi 14h30-16h30
Permanence conseiller numérique	Agutte/ Caulaincourt/ Lauth	Lundi et Mardi 9h30-12h et 13h30-17h sur inscription

Activités culturelles



	CLUBS	Jours et horaires
Café des aînés	Lauth/Lamarck	Mercredi 15h30-17h / Vendredi 10h-12h nouveau
Anglais	Agutte	Mardi 10h-12h
Théâtre	Agutte	Lundi 10h-12h
Chorale	Agutte	Mercredi 10h-12h
Chant	Les Arènes	Vendredi 10h-12h
Chant	Lamarck	Lundi 10h-12h
Karaoké	Caulaincourt	Mardi 13h30-16h
Karaoké	Les Arènes	Lundi et mercredi 14h30-17h
Cinéclub	Caulaincourt	1 mardi sur deux 14h30-17h

Jeux de société



	CLUBS	Jours et horaires
Rumikub	Agutte	Lundi, mardi et vendredi 13h30-17h
Tarot	Agutte	Lundi, mardi, mercredi et vendredi 13h30-17h
Billard	Lamarck	Lundi 14h-17h
Triomino	Caulaincourt	Jeudi 13h30-17h
Echecs	Caulaincourt	Jeudi 14h-17h nouveau
Tarot	De Maistre	Jeudi 14h30-16h30
Scrabble	Agutte	Lundi et mercredi 14h30-17h

Activités prévention santé



sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Jeu de mémoire	Lauth	Lundi 14h30-16h30
Jeu de mémoire	Agutte	Vendredi 14h30-16h30
Mon Eco Marche	Agutte	jeudi 10h-11h
Equilibre en mouvement	Arènes	Mercredi 10h-11h
Cap bien-être	Arènes	Jeudi 14h-17h

Activités manuelles



	CLUBS	Jours et horaires
Mosaïque	Agutte	Lundi, mardi et vendredi 14h-17h
Mosaïque	Lauth	Jeudi 10h-12h
Jardinage	Arènes	Lundi, mardi et mercredi 10h-12h
Modelage /Poterie	Arènes	Mardi et Jeudi 14h-17h nouveau
Art plastique	Arènes	Mardi 9h30-12h30
Art plastique	Lamarck	Mardi 14h-17h
Art Plastique	Lauth	Mercredi 14h-17h
Dessin	Arènes	Vendredi 14h30-17h
Tricot	Arènes	Lundi et mercredi 14h30-17h
Quilling	Agutte	Mardi 14h-17h
Couture	Arènes	Jeudi 10h-12h
Couture	Lauth	Jeudi 14h-17h

Club Georgette Agutte

8, rue Georgette Agutte
Tél 01 42 28 57 12
Dsol-Clubs-Paris18@paris.fr
Bus 31, 60 / Métro Guy Moquet
Tramway ou Métro Porte de Saint-Ouen



Club Les Arènes de Montmartre

8, rue Gabrielle
Tél 01 42 58 54 42
Dsol-Clubs-Paris18@paris.fr
Bus 40/ Métro Abbesses

Club Caulaincourt

102, rue Caulaincourt
Tél 06 07 67 92 70
Dsol-Clubs-Paris18@paris.fr
Bus 40 / Métro Lamarck-Caulaincourt



Club Lamarck

8, place de Vénétie
Tél 01 42 51 03 42
Dsol-Clubs-Paris18@paris.fr
Bus 40,80 / Métro Lamarck-Caulaincourt



Club Joseph de Maistre

88, rue Joseph de Maistre
Tél 07 72 13 89 75
Dsol-Clubs-Paris18@paris.fr
Bus 31, 60 / Métro Guy Moquet



Club Charles Lauth

13, rue Charles Hermite
Tél 0140 36 72 51
Dsol-Clubs-Paris18@paris.fr
Bus 60,
Tramway Colette Besson

