

CLUB	Date	Horaire	Thème
Ave Maria	Vendredi 2	14h30	Atelier d'initiation au théâtre animé par Benjamin
Au Maire	Mardi 6	10h30	Atelier s'initiation à la sophrologie animé par Stéphanie <small>nouveau</small>
Au Maire	Mardi 6	14h00	Karaoké spécial « Epiphanie» animé par Sandrine
Au Maire	Mercredi 7	14h30	Atelier d'écriture intergénérationnel Avec une classe de première du Lycée Jacques Monod <small>nouveau</small>
Petit Rémouleur	Jeudi 8	14h	Café Philo animé par Deborah <small>nouveau</small>
Ave Maria	Mardi 13	15h	Atelier de sophrologie animé par Stéphanie
Au Maire	Jeudi 15	14h30	Chorale participative animée par Françoise et goûter spécial
Ave Maria	Mardi 20	14h30	Atelier de jeux de mémoire animé par Benjamin
Au Maire	Jeudi 22	14h30	Spectacle de chants proposé par les élèves du conservatoire Mozart
Madeleine Béjart	Mercredi 28	10h30	Jeux de mémoire animé par Yolande
Au Maire	Lundi 2 Février	10h30	Atelier PRIF (prévention retraite île de France) équilibre en mouvement animé par Stéphane Pauc

Modalités d'inscription

Les clubs sont ouverts aux parisiens(nes), p-rétraité.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.



Programme des clubs séniors


Autonomie
Janvier 2026

Activités physiques		
	CLUBS	Jours et horaires
Danse	Cléry	Mardi 10h-11h
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		Jeudi de 15h-16h

Activités multimédia		
	CLUBS	Jours et horaires
Karaoké	Au Maire	Mardi 14h00-17h
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
Mandalas	Au Maire	Jeudi 10h-12h
Atelier Manuel	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	P Rémuleur Ave Maria M-Béjart Au Maire	Lundi 14h30-16h Mardi 14h30-16h Mercredi 10h30-12h Mercredi 14h30-17h
Jeux de logique	J des Halles	Jeudi 11h15-12h15

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
Sortie culturelle	Clubs du centre	Vendredi/1 fois par mois
Atelier théâtre	Ave Maria	Vendredi 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 Thorgny)



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