

ARTISTIQUE

• Atelier Flamenco

Les lundis 2 et 16 février de 19h à 20h

» *Salle Bretagne, proposé et animé par Sharon Sultan : danseuse*

• Atelier de peinture

Les mardis 3 et 17 février de 15h00 à 17h00

» *Salle Bretagne, proposé et animé par Carlos Aresti, artiste peintre*

• Atelier : la douleur, la comprendre pour mieux la gérer

les séances de février seront basées sur l'initiation à la sophrologie

Les mercredis 4 et 11 février de 10h à 12h

» *Salle Bretagne, proposé et animé par Antoine de Thélín, Sociologue*

BIEN-ÊTRE

• Atelier de massage sonore

Le massage sonore s'appuie sur les principes de la sono thérapie : Il sert à apaiser le corps et rétablir l'équilibre.

Les mardis 10 et 17 février et les jeudis 12 et 19 février

2 séances de 30 mn : 12h/12h30 et 12h30/13h (hors vacances scolaires)

» *Salle Bretagne, proposé et animé par Véronique Guimesse*

• Atelier « D'expressions créatives et réflexions contemporaines »

Cet atelier favorise l'activation de la mémoire, du mouvement, de l'attention, tout en tissant des liens. Il fait appel à l'expression artistique.

Les jeudis 5, 12, 19 et 26 février de 10h à 11h30

» *Salle Bretagne, Proposé et animé par l'association Néosilver*

• Atelier « bien-être et équilibre »

Atelier combinant sophrologie et naturopathie pour enseigner des techniques de gestion du stress au quotidien

Vendredi 20 février et vendredi 13 mars de 18h à 19h.

» *Espace Keller, Proposé et animé par Mélanie Bodrero, Sophrologue*

• Atelier « Corps actif et esprit serein »

Pratique d'activités physiques adaptées avec évaluation finale ; le but : maintenir et renforcer le bien-être psychologique, émotionnel et social des seniors.

Les vendredis 6, 13, 20 février; 13, 20 mars de 16h45 à 17h45

» *Salle Bretagne, Proposé et animé par l'association APA de Géant.*

• **L'atelier de Théâtre & communication verbale se déroule tous les mercredis à 18h30, ainsi que l'atelier danse et chant le jeudi à 19h hors vacances scolaires (salle Bretagne)**



Programme du Pôle Citoyenneté

FÉVRIER 2026

Ouvert aux habitants de Paris Centre, le Pôle Citoyenneté est consacré aux initiatives citoyennes et a pour but d'accompagner les habitants aux mieux dans la mise en œuvre de leurs projets.

Le Pôle Citoyenneté est aussi un lieu de rencontre, de partage de compétences, de solidarité et de création de lien social.

Le Pôle Citoyenneté peut ainsi accueillir vos initiatives : événements, ateliers, conférences et visites culturelles ... C'est un facilitateur d'initiatives citoyennes.

L'équipe du Pôle Citoyenneté est à votre disposition pour vous accompagner dans vos initiatives : organisation d'ateliers, d'échange de compétences, groupe de partage etc...

Le Pôle Citoyenneté gère le Conseil des Enfants et inclut les Chargé.e.s de participation citoyenne qui gèrent les Conseils de quartier.

Mairie de Paris Centre- 2 rue Eugène Spuller 75003 Paris

01 87 02 62 74

ddct-mapc-citoyennete@paris.fr

mairiepariscentre.paris.fr



**ÉVÉNEMENTS sur inscription à partir du lundi 2 février 2026 par mail :
ddct-mapc-citoyennete@paris.fr**

• Concert : Orchestre Padeloup

«Fougue»

Samedi 07 février à 16h

» La Seine Musicale , 1, Île Seguin, 92100 Boulogne-Billancourt

• Centre culturel Maïf Social Club

Visite guidée de l'exposition « Voir la mer »

Mardi 10 février à 10h30

» 37, rue de Turenne 75003

• Paris Greeters - Promenade

« Promenade Coulée Verte Paris 12»

Jeudi 12 février à 10h

» Le lieu du rdv sera communiqué ultérieurement

• Fondation Louis Vuitton

Visite guidée de l'exposition Gerhard Richter

Vendredi 13 février à 10h

» 8, Avenue du Mahatma Gandhi, 75016

• Concert : Différences

Un concert organisé par l'association et Voilà, consacré aux divers artistes qui, malgré les défis et les préjugés, ont su faire perdurer leur musique.

Vendredi 13 février de 19h à 20h

» Auditorium de l'hôpital Bretonneau, 23, rue Joseph de Maistre 75018

• Mission Étrangère de Paris

Concert nouvel an lunaire Coréen

Samedi 14 février à 18h

» 128, rue du Bac 75007

• Philharmonie de Paris

Concert Sheku & Isata Kanneh-Mason

Sheku Kanneh-Maso, star du violoncelle de la nouvelle génération et musicien à la présence sur scène rayonnante, donne la réplique à sa sœur pianiste. De complices échanges chambristes au service d'un attrayant programme.

Dimanche 15 février à 16h

» 221, Avenue Jean-Jaurès 75019

• Cinéma : La mairie de Paris Centre fait son Luminor

« Enzo » de Robin Campillo

Lundi 16 février à 14h

» 20, rue du Temple 75004 (billet à récupérer jusqu'à 13h50 devant le guichet)

• Centre Wallonie Bruxelles

Le bistrot littéraire avec Cédric Vallet et Carmela Chergui

Mercredi 18 février à 12h30

» 46 rue Quincampoix, 75004

• La Fabrique du métro

A la découverte du grand Express

Mercredi 18 février à 14h45

» 50 rue Ardouin, Parc des Docks 93400 Saint-Ouen

• Musée Picasso

Visite guidée de l'exposition Philip Guston « L'Ironie de l'histoire ».

Jeudi 19 février à 10h45

» 5, rue de Thorigny 75003

• Bibliothèque Forney

Visite guidée de l'exposition les ateliers d'art des grands magasins : vitrines de l'art déco

Vendredi 20 février à 14h30

» 1, rue du Figuier 75004

• Centre Wallonie Bruxelles

Soirée cinéma : « Nino dans la nuit » de Laurent Micheli

Lundi 23 février à 20h

Soirée Rhizome autour de la pièce « Britney Bitch

Jeudi 26 février à 19h

» 46 rue Quincampoix, 75004

CONFÉRENCE

. Association des Amis de Stendhal

Sans inscription dans la limite des places disponibles

La passion dans les Chroniques italiennes par Jacques Marckert

Mercredi 4 février à 18h30

» Salle Bretagne, Mairie Paris Centre

.Société Historique de la Cité

Entrée libre, sans inscription dans la limite des places disponibles

Mercredi 11 février de 18h à 20h

» salle Espace Keller

ACTIVITÉS SUR INSCRIPTION : à partir du lundi 2 février 2026 par mail : ddct-mapc-citoyennete@paris.fr