

Programme des clubs séniors

Autonomie

Mars 2026



Mars 2026 / Clubs séniors / Espace Parisien des Solidarités 19

Modalités d'inscription

Les clubs sont ouverts aux parisiens, préretraités et retraités 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



sur inscription

CLUBS	Jours et horaires
Danse en ligne	Chaufourniers
Danse en ligne	Quai de Seine
Pétanque	Flandre
Ping-pong	Bois
Qi gong	Bois
Vélo intérieur	Bois
Cosmo danse	Chaufourniers
Ping-Pong	Flandre
Tai Chi	Quai de Seine
Qi gong	Chaufourniers
Qi gong	Flandre
Qi gong	Quai de Seine
Danse libre	Quai de Seine

Activités multimédia



sur inscription

CLUBS	Jours et horaires
Accès libre sur PC	Flandre
Initiation informatique	Chaufourniers

Activités culturelles



sur inscription

CLUBS	Jours et horaires
Théâtre	Chaufourniers
Espagnol	Quai de Seine
Anglais	Quai de Seine
Chant	Flandre
Anglais	Bois
Anglais	Chaufourniers
Français	Quai de Seine
Chant	Chaufourniers
Anglais (confirmé)	Flandre
Cours d'Italien	Chaufourniers
Chant	Bois

Jeux de société



sur inscription

CLUBS	Jours et horaires
Cartes & scrabble	Quai de Seine
Jeu de cartes	Bois
Jeux ludiques	Flandre

Activités prévention santé



sur inscription

CLUBS	Jours et horaires
Détente	Bois

Activités manuelles



sur inscription

CLUBS	Jours et horaires
Peinture	Bois
Peinture sur soie	Flandre
Atelier bijoux	Flandre
Gravure sur verre	Flandre
Quiling	Chaufourniers
Sculpture	Chaufourniers
Loisirs créatifs	Quai de Seine
Modelage	Flandre
Mosaïque	Flandre
Couture/ broderie	Bois
Mandalas	Bois
Peinture sur soie	Chaufourniers
Carte 3D	Flandre
Diamant painting	Bois
Couture	Quai de Seine
Dessin	Flandre
Mosaïque	Bois
Loisirs créatifs	Chaufourniers
Peinture	Quai de Seine
Bijoux	Bois
Peinture sur soie	Bois
Patchwork	Bois
Tricot	Flandre

Club Chauffourniers

2, allée Georges Récipon
(entrée au niveau du 18, rue de Meaux)
Tél 01 42 03 53 71
Dsol-Clubs-Paris19@paris.fr
Métro 2 : Colonel Fabien
Bus 75

Club des Bois

10/12, rue des Bois
Tél 01 42 40 40 44
Dsol-Clubs-Paris19@paris.fr
Métro 11 & 7 bis : Place des fêtes
Bus 48, 60

Club Flandre

142 bis, avenue de Flandre
Tél 06 02 17 54 16
Dsol-Clubs-Paris19@paris.fr
Métro 7 : Corentin Cariou
Bus 60, 71

Club Quai de Seine

55, Quai de Seine
Tél 01 46 07 30 42
Dsol-Clubs-Paris19@paris.fr
Métro 7 : Riquet, Stalingrad
Bus 54