



Programme des clubs séniors



Mai 2026 / Clubs séniors / Espace Parisien des Solidarités Centre

CLUB	Date	Horaire	Thème
Au Maire	Lundi 1	10h30	Atelier « plus de pas » avec L'été Indien (Du lundi 1er juin au lundi 29 juin) 
Au Maire	Mardi 23	14h	Grand bal spécial musiques latines (spectacle de danses et de chants)
Au Maire	Mercredi 3	14h	Atelier d'écriture intergénérationnel avec la classe de première Animation du Lycée Jacques Monod
Ave Maria	Jeudi 4	14h	Randonnée à Vincennes (9 kilomètres)
Jardin des Halles	Lundi 8	14h	Atelier de créations en résine colorées Chorale animé par Rabia 
Hôtel de Ville	Jeudi 11 Vendredi 12	10h	Journée « beaux jours à Paris » sur réservation au club au Maire
Au Maire	Mardi 16	10h	Stage d'Espagnol pour les débutants (10hà11h30 le Mardi et le Vendredi matin)
Petit Rémouleur	Mardi 16	14h	« Café Philo » animé par Deborah
Au Maire	Jeudi 25	10h	Sortie au musée Eugène Delacroix
Cléry	Vendredi 26	14h	Sortie-visite de la tour Eiffel
Au Maire	Mardi 30	14h	Spectacle « voyage en Ouzbékistan » présenté par une association culturelle

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



sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires	
Eco marche	Cléry	Lundi 10h30-11h30	nouveau
Relaxation-yoga	Au Maire Cléry	Vendredi 10h-11h/11h15-12h15 Lundi 13h45-14h45/15h-16h	
Fitness	Cléry	Mardi et Jeudi 11h-12h	nouveau
Gymnastique douce Fitness-boxe	Au Maire J des Halles	Mercredi 10h-11h Mardi 14h30-15h30 Jeudi de 15h-16h	nouveau

Activités multimédia



sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Karaoké	Au Maire	Mardi 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



sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Tricots Création en résine	Au Maire J des Halles	Lundi 14h-17h
Mandalas	Au Maire	Jeudi 10h-12h
Atelier Manuel Créa costumes	Ave Maria	Mercredi 10h-12h Lundi 14h30-17h
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 Echecs	Au Maire J des Halles	Mardi 14h-17h Jeudi 14-17h
Initiation tarot	Madeleine Béjart	Mardi 14h-17h
Jeux de mémoire	P Rémouleur 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



sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Automassage	Au Maire	Mardi 10h30-11h30
Automassage	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



sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Anglais	Au Maire	Lundi 14h30-16h
Atelier Photographie	Club au Maire	Mardi et Vendredi 14h30-17h
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 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

