

CLUB	Date	Horaire	Thème
Poliveau	Mercredi 2 septembre	10h30-12h	 Découverte de l'anglais (PRIF) (sur réservation)
Mouffetard	Jeudi 3 septembre	14h30	 Jeu culturel : Tout le monde veut prendre sa place (sur réservation)
Claude Bernard	Lundi 7 septembre	10h30	 Bien sur internet (sur réservation)
Claude Bernard	Lundi 7 septembre	14h30	 Café philo : Les Lumières, liberté et tolérance aujourd'hui (sur réservation)
Poliveau	Mercredi 9 septembre	14h15	 La dictée de Poliveau — 6e édition (sur réservation)
Mouffetard	Jeudi 10 septembre	14h30	 Concert accordéon (sur réservation)
Poliveau	Mardi 16 septembre	14h15	 Karaoké de la rentrée (sur réservation)
Mouffetard	Jeudi 17 septembre	14h30	 Conférence Journée du Patrimoine : Le Château de Versailles (sur réservation)
Claude Bernard	Lundi 21 septembre	14h30	 Conférence : La vie et l'œuvre de Claude Monet en IV actes (sur réservation)
Mouffetard	Jeudi 24 septembre	14h30	 Spectacle : Danse flamenco (sur réservation)
Port Royal	Jeudi 24 septembre	10h	 Atelier huile essentielle : le yuzu (sur réservation)
Claude Bernard	Mardi 29 septembre	14h30	 Café philo : Jung et ses symboles de l'inconscient (sur réservation)
Port Royal	Mardi 29 septembre	13h15	 Sortie dans Paris — Paris 13 / Paris Rive Gauche (sur réservation)
Poliveau	Mercredi 30 septembre	14h15	 Comédie-ballet : Les Valses de Vienne (sur réservation)

Modalités d'inscription

Les clubs sont ouverts aux Parisien·nes, préretraité·es et retraité·es de 55 ans et plus, ainsi qu'aux personnes en situation de handicap, du lundi au vendredi. Inscriptions et renseignements auprès de chaque club.
La carte d'adhérent, gratuite, est délivrée sur présentation de 2 photos d'identité, d'un justificatif de domicile, d'un justificatif de retraite, d'un certificat médical (pour les activités sportives) et d'une pièce d'identité.
Elle doit être présentée à la demande du personnel de la Direction des Solidarités.



Programme
des clubs seniors



Se divertir | Apprendre | Se rencontrer

Activités physiques et bien-être



sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Body Harmony	Port Royal	Mardi 9h30-11h
Danse country	Poliveau	Lundi 14h30-16h
Danse vietnamienne	C Bernard	1 Mardi sur 2 15h-16h30
Gymnastique	Mouffetard	Lundi 14h15-17h15
Gymnastique	Port Royal	Mercredi 9h30-11h30
Handfit	Poliveau	Jeudi 11h-12h
Pilates	Mouffetard	Mardi 10h-11h
	Port Royal	Jeudi 10h-11h
Relaxation	C Bernard	Mardi 14h-15h
Stretch détente	Mouffetard	Lundi 10h-12h et mardi 10h-11h
Tennis de table	Mouffetard	Jeudi 12h-17h & vendredi 10h-17h

Activités multimédia



sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Initiation internet	C Bernard	Mercredi 14h-18h & Jeudi 9h-12h/14h-18h
Initiation internet	Mouffetard	Mercredi 9h-12h

Activités culturelles



sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Anglais	Mouffetard	Vendredi 9h-13h
	C Bernard	Jeudi 15h-17h (débutant)
	Port Royal	Lundi 14h15-17h15 (avancé)
Anglais conversation	Mouffetard	Mercredi 14h-15h45 (avancé)
	C Bernard	Vendredi 14h-17h (avancé)
	Poliveau	Mardi 14h-15h30 (avancé)
Cercle littéraire	C Bernard	Mercredi 14h-16h
Chant	Poliveau	Vendredi 14h15-16h30
Espagnol	Mouffetard	Mercredi 16h-18h (conversation)
	Poliveau	Mardi 15h45-17h45 (avancé)
Poésie	Poliveau	1 jeudi sur 2 : 14h15-16h15
Théâtre	Mouffetard	Mardi 14h-18h
Théâtre	Port Royal	Lundi 10h-11h30 & mercredi 14h30-17h

Jeux de société



Pour les jeux de société (bridge, scrabble, etc.), renseignements par téléphone

Activités prévention santé



	CLUBS	Jours et horaires
Jeu de mémoire	Mouffetard	Mardi et Mercredi 14h30-16h
	C Bernard	Jeudi 14h-16h

Activités manuelles



sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Aquarelle	Port Royal	Lundi 14h-17h
	Mouffetard	Mardi 14h-17h30
	Poliveau	Lundi et vendredi 14h-17h
	C Bernard	Lundi 9h30-12h
Bijoux	Port Royal	Jeudi 13h30-17h30
	Poliveau	Jeudi 14h-17h
Cartonnage	Port Royal	Mercredi 9h-12h et 13h30-17h30
	Poliveau	Jeudi 10h-12h et 14h-17h
Céramique	C Bernard	Lundi 13h30-16h30, jeudi 9h-16h30
	Port Royal	Jeudi 9h-13h
Couture	Poliveau	Mardi 10h-12h et 14h-16h
	C Bernard	Mercredi 14h-17h
Dentelle fuseaux	Port Royal	Mercredi 15h-17h
	Port Royal	Mardi 10h-13h
Dessin	Poliveau	Mercredi 10h-12h
Mandala	C Bernard	Mercredi 14h-16h
Patchwork	Port Royal	Lundi et jeudi 14h-17h
	Mouffetard	Lundi 13h45-17h45
Peinture à l'huile	Port Royal	Vendredi 13h30-17h30
	Poliveau	Mercredi 13h-17h
Peinture acrylique	Mouffetard	Mercredi 14h-17h30
	C Bernard	Mercredi 14h-17h
Peinture Art déco	Poliveau	Lundi 14h-17h
Peinture sur soie	Poliveau	Vendredi 14h-17h
Peinture sur verre	C Bernard	Mardi 14h-17h
Poterie	Poliveau	Jeudi 14h-18h
Sculpture	Poliveau	Lundi 14h-17h
	C Bernard	Mardi 9h-13h

ADRESSES DES CLUBS du 5^e

Club Port Royal

88 ter, boulevard de Port Royal
Tél 01 43 29 53 45
Dsol-Clubs-Paris05@paris.fr
Bus 38, 83, 91
RER Port Royal



Club Poliveau

2, rue Poliveau
Tél 01 43 36 30 07
Dsol-Clubs-Paris05@paris.fr
Bus 24, 57, 91
Métro Gare d'Austerlitz, Saint Marcel



Club Mouffetard

20, rue Ortolan
Tél 01 45 35 99 97
Dsol-Clubs-Paris05@paris.fr
Bus 47, 89
Métro Place Monge



Club Claude Bernard

51, rue Claude Bernard
Tél 01 45 35 01 95
Dsol-Clubs-Paris05@paris.fr
Bus 21, 24, 27, 47
Métro Censier Daubenton



Club accessible aux personnes en fauteuil roulant.

Merci de vous renseigner auprès du club sur les conditions d'accueil et d'accessibilité.