PARIS | Les évènements et festivités des clubs séniors du 6e & 14e arrt

NOVEMBRE 2026

CLUB	Date	Horaire	Thème
Malraux	Vendredi 6	14h30	Conférence avec conférencier sur « l'introduction aux arts de l'Islam » (sur inscription)
Plaisance	Jeudi 12	14h30	Conférence avec conférencier sur « l'avant guerre 14/18 » (sur inscription)
Mairie du 6ème	Jeudi 19	11h	Cybersécurité », *"Comprendre les cyber menaces pour mieux s'en protéger*
Malraux	Jeudi 19	14h	Ciné débat « Norma Rae » (sur inscription)
Malraux	Vendredi 20	13h30	Projection du film "Les yeux d'Esther en présence du réalisateur, M SOLYMOS (sur inscription)

Modalités d'inscription

Les clubs sont ouverts aux parisien.nes, préretraité.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.

VILLE DE PARIS | MAIRIE 14

Programme des clubs séniors



Se divertir | Apprendre | Se rencontrer

PARIS

Les activités permanentes des clubs séniors du 6e & 14e arrt

NOVEMBRE 2026

Activités physiques

sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Gym douce	Malraux	Mercredi 9h15-10h15 et 10h30-11h30
Gym dynamique	Plaisance	Mardi et vendredi 9h30-12h30
Danse Country	Didot	Mardi 10h-12h
Gym adaptée	Didot	Mardi 13h30-17h
Danse en ligne	Didot	Mercredi 10h-12h
Danse de salon	Didot	Jeudi 10h-12h
APA-Judo santé	Didot	Jeudi 10h-12h
Gym Zumba	Didot	Jeudi 15h-17h
Danse Bretonne	Didot	Vendredi 10h-12h
Gym adaptée	Didot	Vendredi 13h30-16h

Activités multimédia

sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Atelier Numérique	Plaisance	Mercredi 10h30-12h

Activités culturelles

sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Anglais	Malraux	Mardi 10h-11h (Débutant)
Anglais	Malraux	Jeudi 10h30-11h30 (Confirmé)
Espagnol	Malraux	Jeudi 9h15–10h15 (Confirmé)
Culture Générale	Malraux	Jeudi 14h-17h
Anglais	Didot	Mercredi 10h-12h (Conversation)
Atelier mémoire	Didot	Vendredi 10h-12h

Jeux de société

	CLUBS	Jours et horaires
Jeux de société	Malraux	Lundi et Mercredi 13h30-17h
Belote	Plaisance	Lundi et Vendredi 13h30-17h
Bridges	Plaisance	Mardi 14h-17h
Scrabble	Plaisance	Mercredi et Vendredi 13h30-17h

Activités prévention santé

sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Yoga	Malraux	Jeudi 10h30-11h30 ou 11h45-12h45
Groupe de parole	Malraux	Vendredi 14h-17h
Tai chi	Didot	Lundi 10h-11h30
Qi Qong	Didot	Lundi 10h-12h
Yoga	Didot	Mardi 10h-11h30
Qi Qong	Didot	Mardi 16h45-18h
Sophrologie	Didot	Mercredi 14h-15h (1 X 15 jours)
Yoga	Plaisance	Mercredi 10h-12h
Sophrologie	Plaisance	Mercredi 15h30-16h30 (1 X 15 jours)
Yoga	Plaisance	Jeudi 11h30-12h30
Yoga-Qi Qong	Plaisance	Vendredi 9h45-12h

Activités manuelles

sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Dessin	Malraux	Lundi 9h30-12h
Café création	Malraux	Mardi 13h30-17h
Pause créative	Plaisance	Lundi 10h30-12h (1 semaine sur 2)
Quilling et Art Déco	Plaisance	Lundi et vendredi 13h30-17h
Art plastique	Plaisance	Mardi 14h-17h **(Accès libre)**
Couture	Plaisance	Mercredi 13h30-17h
Peinture	Plaisance	Jeudi 14h-17h
Art plastique	Didot	Lundi, mardi, mercredi et vendredi 13h45-16h30
Café créatif	Didot	Lundi 13h30-16h30 **(Accès libre)**

ADRESSES DES CLUBS du 6e & 14e arrt

Club Malraux
112, rue de Rennes
Paris 75006
Tél 01 45 48 17 34
Dsol-Clubs-Paris06@paris.fr
Bus 39, 83, 89, 94, 95, 96
Métro Saint Placide & Rennes

Club Didot
10-12, avenue Georges Lafenestre
Paris 75014
Tél 01 45 39 93 51
Dsol-Clubs-Paris14@paris.fr
Bus 58
Métro Porte de Vanves
Tramway T3a (Didot)

Club Plaisance
10, rue de Ridder
Paris 75014
Tél 01 45 43 73 01
Dsol-Clubs-Paris14@paris.fr
Bus 58, 62
Métro Plaisance

CPA MARC SANGNIER
20/24, avenue Marc Sangnier
75014 Paris
Tél 09 86 02 95 08

CPA ANGEL PARA
183, rue Vercingétorix
75014 Paris
Tél 01 56 53 53 53

Résidence les Arbustes
9, rue des Arbustes
75014 Paris
Tél 01 45 43 36 68

Club accessible aux personnes en fauteuil roulant. S'informer au préalable auprès du club sur les conditions d'accessibilité.