

CLUB	Date	Horaire	Thème
121	<b>Mercredi 3</b>	14h30	Conférence musicale, les peintres musiciens
Château	<b>Mercredi 3</b>	14h	Tournoi de pétanque interclub au club Poliveau
121	<b>Jeudi 4</b>	10h	Randonnée « la forêt de Carnelle »
121	<b>Jeudi 4</b>	10h30	Cours de Tai-chi
Château	<b>Jeudi 4</b>	15h	Loto
121	<b>Lundi 8</b>	10h	Bridge : cours lundis et vendredis
121	<b>Mardi 9</b>	10h	Gym douce, 12 séances
121	<b>Mercredi 10</b>	14h30	Cinéclub : les sept merveilles du monde
Reculettes	<b>Mercredi 10</b>	14h30	Conférence philo
121	<b>Jeudi 11</b>	10h	Atelier mémoire, 12 séances
Château	<b>Jeudi 11</b>	14h30	Conférence : la vie de Dalida
Charcot	<b>Vendredi 12</b>	10h	Visite du fonds d'art contemporain et pique nique
Massena	<b>Mardi 16</b>	14h30	Concert de jazz, guitare et violon
121	<b>Mercredi 17</b>	14h30	Spectacle Offenbach
Jeanne d'Arc	<b>Mercredi 17</b>	14h30	Café philo : Simone Weil et les besoins de l'âme
Reculettes	<b>Mercredi 17</b>	14h30	Atelier lino sur trouses en tissu
Reculettes	<b>Lundi 22</b>	10h30	Quizz sur les couleurs d'automne
Château	<b>Lundi 22</b>	14h30	Scène ouverte, chants, poésie
Charcot	<b>Mardi 23</b>	10h	Visite de l'Arc de Triomphe
Massena	<b>Mardi 23</b>	14h30	Conférence : Marseille à la croisée des chemins
121	<b>Mercredi 24</b>	14h30	Ciné-club : A la découverte du monde « Malte »
Jeanne d'Arc	<b>Jeudi 26</b>	14h30	Cercle littéraire, la vie de Paul Eluard
Château	<b>Jeudi 26</b>	10h30	Atelier « plus de pas », réunion d'informations
121	<b>Lundi 29</b>	10h	Randonnée « de Thomery à Fontainebleau »

**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.



# Programme des clubs séniors



Se divertir | Apprendre | Se rencontrer

#### Activités physiques



	CLUBS	Jours et horaires
Ping-pong	Reculettes	Mercredi et jeudi 10h-12h
Gym sur chaise	Reculettes	Mardi 10h30-11h30
Taï chi	Jeanne d'Arc	Vendredi 10h-11h
Chorégraphie	Château	Jeudi 10h-12h
Danse en ligne	Reculettes	Vendredi 10h-12h
Danse country	Arago	Mercredi 14h30-16h30
Danse de salon	121	Vendredi 14h30-16h30
Danse madison	Jeanne d'Arc	Mercredi 14h-15h30
Danse country	Jeanne d'Arc	Mercredi 10h-12h, débutants, avancés

#### Activités multimédia



sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Cours informatique	121	Lundi et mardi 9h-12h30 mercredi 9h-17h
Conseiller numérique	clubs du 13 <sup>e</sup>	Inscriptions : 06 30 21 39 73

#### Activités culturelles



	CLUBS	Jours et horaires
Anglais	121	Lundi 9h-12h
Cours d'orthographe	121	Jeudi 14h30-17h
Chorale	Château	Lundi 10h-12h
Théâtre	Château	Vendredi 14h30-17h
Echanges culturels	Reculettes	1 <sup>er</sup> et 3 <sup>e</sup> lundis 10h30-12h30
Atelier chant	Masséna	Jeudi 14h30-16h

#### Activités prévention santé



	CLUBS	Jours et horaires
Jeux de mémoire	Arago et Charcot	Lundi 15h-16h30
	Masséna	Mardi 14h-16h
	Glacière	Vendredi 14h-15h30
	Jeanne d'Arc	Lundi 14h30-16h
	121	Jeudi 14h-16h

#### Jeux de société



	CLUBS	Jours et horaires
Belote	121 Jeanne d'Arc Reculettes	Informations dans les clubs
Billard	121	Lundi à vendredi 9h30-12h, 14h-17h15
Rumikub	Masséna	Lundi au vendredi 14h-17h15
Bridge	121	Lundi et jeudi 14h30-17h15
Triomino	Clubs 13	Informations dans les clubs
Echecs	121	Jeudi 14h30-17h15
Tarot	Glacière et Masséna	Lundi à vendredi 14h-17h
Scrabble	Clubs 13	Informations dans les clubs

#### Activités manuelles



	CLUBS	Jours et horaires
Couture	Château	Mercredi 14h30-17h
Couture	Masséna	Lundi 14h-17h
Mosaïque	Charcot	Mardi et jeudi 15h-17h
Perles	Château	Lundi 14h30-17h30
Poterie	Glacière	Mardi 10h-13h
Tricot	Charcot	Mercredi 15h-17h
Tricot	Glacière	Mercredi 11h-12h30
Création textiles	Reculettes	Vendredi 14h30-17h30
Art décoratif	Château	Mardi 9h30-12h30
Dessin peinture	Arago, Masséna	Mardi 14h30-17h, 14h-16h30
Dessin peinture	Jeanne d'Arc	Jeudi 9h30-12h30
Dessin peinture	Reculettes	Lundi et jeudi 14h30-17h30
Dessin peinture	Château	Mardi 10h30-12h30
Dessin peinture	121	Mercredi 10h30-12-30 vendredi 9h30-12h30
Scrapbooking	121	Mardi 14h30-17h
Peinture sur soie	121	Mercredi 10h-12h30
Loisirs Créatifs	Arago	Mardi 14h30-17h
Couture	121	Jeudi 14h30-17h
Peinture sur soie	Reculettes	Mardi 14h30-17h

#### Club Jeanne d'Arc

63-65, rue Jeanne d'Arc  
Tél 01 45 85 57 77  
[Dsol-Clubs-Paris13@paris.fr](mailto:Dsol-Clubs-Paris13@paris.fr)  
Bus 27 / Métro Nationale



#### Club 121

121, rue Jeanne d'Arc  
Tél 01 45 84 69 83  
[Dsol-Clubs-Paris13@paris.fr](mailto:Dsol-Clubs-Paris13@paris.fr)  
Bus 27, 57, 61, 67  
Métro Nationale, Campo Formio,  
Place Italie



#### Club Château des Rentiers

120, rue du Château des Rentiers  
Tél 01 45 82 63 30  
[Dsol-Clubs-Paris13@paris.fr](mailto:Dsol-Clubs-Paris13@paris.fr)  
Bus 62, 64, 83 / Métro Olympiades



#### Club Masséna

8, place de Vénétie  
Tél 06 37 19 10 08  
[Dsol-Clubs-Paris13@paris.fr](mailto:Dsol-Clubs-Paris13@paris.fr)  
Tramway ou Métro Porte de Choisy

#### Club Les Reculettes

21-25, rue des Reculettes  
Tél 01 87 76 15 01  
[Dsol-Clubs-Paris13@paris.fr](mailto:Dsol-Clubs-Paris13@paris.fr)  
Bus 27, 47, 57, 59, 64, 67, 83  
Métro Place d'Italie



#### Club Charcot

11-15, rue Charcot  
Tél 01 45 86 88 90  
[Dsol-Clubs-Paris13@paris.fr](mailto:Dsol-Clubs-Paris13@paris.fr)  
Bus 27, 62  
Métro Chevaleret,  
Bibliothèque National François Mitterrand



#### Club des 4 Saisons / Glacière

69, rue de la Glacière  
Tél 01 45 80 05 71  
[Dsol-Clubs-Paris13@paris.fr](mailto:Dsol-Clubs-Paris13@paris.fr)  
Bus 21, 64 / Métro Glacière



#### Club Arago

49, boulevard Arago  
Tél 01 40 09 39 91  
[Dsol-Clubs-Paris13@paris.fr](mailto:Dsol-Clubs-Paris13@paris.fr)  
Bus 83 / Métro Les Gobelins

