


























| CLUB | Date | Horaire | Thème |
|--------------|-------------|---------|---|
| Arago | Lundi 1 | 14h30 |  Spectacle musical piano et voix |
| Reculettes | Lundi 1 | 10h |  Café-philos: thème du Temps |
| Masséna | Merdi 2 | 14h30 |  Bal avec DJ |
| Reculettes | Mercredi 3 | 14h30 |  Bal avec musicien |
| 121 | Jeudi 4 | 10h |  Randonnée de Sèvres à Meudon |
| Château | Jeudi 4 | 14h30 |  Bal avec musicien |
| 121 | Vendredi 5 | 14h30 |  Spectacle de danse Latino |
| Reculettes | Lundi 8 | 10h30 |  Lecture de contes de Noël |
| Masséna | Mardi 9 | 14h30 |  Atelier Floral |
| Reculettes | Mardi 9 | 14h30 |  Concert chansons |
| Château | Mardi 9 | 14h30 |  Karaoké |
| Glacière | Mercredi 10 | 14h |  Atelier Floral |
| 121 | Mercredi 10 | 14h30 |  Conférence sur l'hiver dans l'art |
| Château | Jeudi 11 | 14h30 |  Conférence sur Coco Chanel |
| Jeanne d'arc | Vendredi 12 | 14h30 |  Spectacle Cabaret |
| Château | Lundi 15 | 14h |  Musicothérapie EHPAD Jardins d'Iroise |
| Reculettes | Mardi 16 | 14h30 |  Conférence sur le solstice d'hiver |
| Reculettes | Mercredi 17 | 14h30 |  Atelier Décoration de Noël |
| Glacière | Mercredi 17 | 14h |  Conférence fête des lumières de Lyon |
| 121 | Mercredi 17 | 14h30 |  Ciné-club Cuba Faut pas rêver |
| 121 | Jeudi 18 | 14h30 |  Loto |
| Château | Jeudi 18 | 15h |  Loto |
| Jeanne d'arc | Vendredi 19 | 14h15 |  RDV musée de la Marine Expo Magellan |
| Château | Mardi 23 | 14h30 |  Spectacle danse et violon |
| 121 | Mercredi 24 | 14h30 |  Ciné-club: La Polynésie vue du ciel. |

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.



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 121 | Vendredi 10h-11h Jeudi 10h-12h |
| 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 ^e | 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 ^{er} et 3 ^e lundis 10h30-12h30 |
| Atelier chant | Massena | Jeudi 14h30-16h |

Activités prévention santé



| | CLUBS | Jours et horaires |
|-----------------|--------------|--------------------|
| Jeux de mémoire | Arago | Lundi 15h-16h30 |
| | Massena | Mardi 14h-16h |
| | Glacière | Vendredi 14h-15h30 |
| | Jeanne d'Arc | Lundi 14h30-16h |
| | 121 | Vendredi 10h-12h |

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 Massena | Lundi à vendredi 14h-17h |
| Scrabble | Clubs 13 | Informations dans les clubs |

Activités manuelles



| | CLUBS | Jours et horaires |
|--------------------|-----------------|---|
| Couture | Château | Mercredi 14h30-17h |
| Couture | Massena | Lundi 14h-17h |
| Mosaïque | Charcot | Jeudi 15h-17h |
| Atelier bijoux | Château | Lundi 14h30-17h30 |
| Poterie | Glacière | Mardi 10h-13h |
| Linogravure | 121 | Mardi 14h-16h30 |
| Art créatif | Chateau | 1 ^{er} et 3 ^{ème} lundi 14h30 |
| Créations textiles | Reculettes | Vendredi 14h30-17h30 |
| Quilling | 121 | Mardi 14h-17h |
| 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 |

nouveau

Club Jeanne d'Arc

63-65, rue Jeanne d'Arc
Tél 01 45 85 57 77
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
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
Bus 62, 64, 83 / Métro Olympiades



Club Masséna

8, place de Vénétie
Tél 06 37 19 10 08
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
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
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
Bus 21, 64 / Métro Glacière



Club Arago

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

