

CLUB	Date	Horaire	Thème
Reculettes	Lundi 2	10h30	Petit déjeuner littéraire: lecture de nouvelles
Jeanne d'arc	Mercredi 4	13h15	Visite expo Dragons au Musée du quai Branly RDV sur place avec M Desgrange. Sur inscription
Château	Jeudi 5	15h	Loto
121	Vendredi 6 au 13	10h	Atelier Mémoire et Corps : Delta 7
Château	Lundi 9	14h	Chantons ensembles EHPAD jardin d'Iroise
121	Mercredi 11	14h30	Ciné-club : Le Sud de la France
Reculettes	Mercredi 11	14h30	Confection de masques : Nouvel an chinois
Château	Jeudi 12	14h30	Conférence Artora : La vie de Jacques Brel
121	Jeudi 12 au 5 mars	14h	Atelier Cybersécurité : Delta 7
121	Vendredi 13	14h	Bal animé par François Chylinsksi
Reculettes	Lundi 16	10h30	La représentation du baiser dans l'art
121	Mercredi 18	14h30	La grande Dictée
Reculettes	Mercredi 18	14h30	Quizz musical : Chansons d'amour
Château	Jeudi 19	14h30	Récital de chansons avec Florence et Guy
Jeanne d'arc	Vendredi 20	14h30	Jour de l'an Chinois : association Tzuchi
Arago	Lundi 23	14h30	Composition florale : sur inscriptions
Château	Mardi 24	15h	Yoga du rire avec David Marteau
121	Mercredi 25	14h30	Ciné-club :: Les îles Galapagos
Glacière	Mercredi 25	14h	Atelier Origami :sur inscriptions
Château	Jeudi 26	14h30	Bal masqué avec Valérie
121	Jeudi 26	14h30	Loto interclub avec club Jeanne d'arc
Jeanne d'arc	Vendredi 27	14h30	Automassage avec David Marteau

## 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



# Les activités permanentes des clubs séniors du 13<sup>e</sup> arrt

## 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 10h30-12h
Chorégraphie	Château	Jeudi 10h-12h
Danse en ligne	Reculettes	Vendredi 9h30h-12h
Danse country	Arago	Mercredi 14h30-16h30
Danse de salon	121	Vendredi 14h30-16h30
Danse madison	Jeanne d'Arc	Mercredi 14h-15h30
Gym-douce	121	Mardi 11h30-12h30
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	Lundi 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	Massena	Jeudi 14h30-16h

## Activités prévention santé



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

121 Vendredi 10h-12h

# FEVRIER 2026

## Jeux de société



	CLUBS	Jours et horaires
Billard	121	Lundi à vendredi 9h30-12h, 14h-17h15
Bridge	121	Lundi et vendredi 10h-12h
Echecs	121	Mardi 14h00-16h00
Jeux de cartes	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	Château	1 <sup>er</sup> et 3 <sup>e</sup> lundi 14h30
Créations textiles	Reculettes	Vendredi 14h30-17h30
Quilling,Scrapb	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
Atelier manuel	Château	Mercredi 14h30-17h00
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
Mosaïque récup	reculettes	3 <sup>e</sup> me et 4 <sup>e</sup> me lundi
Diamond painting	Jeanne d'arc	Jeudi 14h30-17h
Tricot	Glacière	Mercredi 10h30-12h30
Tricot	Arago	Mardi 14h30-17h30
Art créatif	Arago	Lundi 14h30-17h30
Tricot	121	Lundi et Mardi 14h-17h

## ADRESSES DES CLUBS du 13<sup>e</sup> arrt

### 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



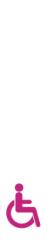
### Club Château des Rentiers

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

