

CLUB	Date	Horaire	Thème
Reculettes	Mercredi 1	14h30	 Rencontre Les poissons dans l'art
Château	Mercredi 8	14h15	 Atelier poésies Interclub RDV Club Poliveau
Reculettes	Mercredi 8	14h30	 Atelier Décoration Coquetiers et Œufs
121	Mercredi 8	14h	 Spectacle de danse autour de Tchaikovski
Château	Jeudi 9	14h30	 Spectacle Claude François Interclub RDV au 121
Jeanne d'Arc	Vendredi 10	14h30	 Conférence L'île de la réunion
121	9,16,23,30	14h	 Atelier Bien sur Internet sur inscriptions
Reculettes	Lundi 13	10h30	 Petit déjeuner Culturel thème le Printemps
Jeanne d'Arc	Lundi 13	14h30	 Atelier d'écriture ludique (paroles de mains)
Château	Lundi 13	14h30	 Loto à l'EHPAD les jardins d'Iroise
Masséna	Mardi 14	14h30	 Expérience de réalité virtuelle
121	14,21,28	10h	 Séances de Pilates sur inscriptions
Château	Mercredi 15	14h30	 Concert Flutes traversières Elèves Conservatoire
Glacière	Mercredi 15	14h30	 Conférence sur le Printemps interclub Reculette
121	Mercredi 15	14h	 Création de shampoings huiles essentielles
Château	Jeudi 16	15h	 Loto
121	Vendredi 17	14h	 Cours de Salsa, Batchato, Ki zumba
Arago	Lundi 20	14h30	 Représentation théâtrale Troupe club Saussure
121	Mercredi 22	14h	 Ciné-club ; L'empire Chinois
Château	Jeudi 23	14h30	 Concert chansons françaises avec Théo
Jeanne d'Arc	Vendredi 24	14h30	 Atelier Composition Florale sur inscriptions
121	Mercredi 29	14h	 Ciné-club : Pérou, terrain pas comme les autres
Reculettes	Mercredi 29	14h30	 Bal et Gouter dansant

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



Autonomie

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 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
Bouge ton corps	Glacière	Lundi, jeudi 10h30-12h

Activités multimédia



	CLUBS	Jours et horaires
Cours informatique	121	Lundi et mardi 9h-12h30 mercredi 9h-17h

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 ^{er} et 3 ^e lundis 10h30-12h30

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

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
Mosaïque	Glacière	Lundi 14h30-16h30
Linogravure	121	Mardi 14h-16h30
Art créatif	Château	1 ^{er} et 3 ^{ème} 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 ^{ème} et 4 ^{ème} 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

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

