

| CLUB                         | Date            | Horaire | Thème                                             |
|------------------------------|-----------------|---------|---------------------------------------------------|
| Reculettes                   | Mercredi 1 (J)  | 14h30   | Atelier décoration de plateaux en bois            |
| Chateau                      | Jeudi 2 (J)     | 14h30   | Concert chansons françaises Benoit Champion       |
| Chateau                      | Vendredi 3 (J)  | 15h     | Loto                                              |
| Jeanne d'arc                 | Vendredi 3 (J)  | 14h30   | Rencontre musicale association Tuksi              |
| Chateau                      | Lundi 6 (J)     | RDV 14h | Loto à l'EHPAD Jardin d'Iroise                    |
| Reculettes                   | Lundi 6 (J)     | 10h30   | Interclub 121 découverte du quartier châtelet     |
| Chateau                      | Mardi 7 (J)     | 14h30   | Atelier jardinage avec l'association Urbanescence |
| Jeanne d'arc                 | Mardi 7 (J)     | 14h15   | Visite de la chapelle expiatoire infos au club    |
| Reculettes                   | Mercredi 8 (J)  | 14h30   | Quizz musical l'été en chansons                   |
| 121                          | Mercredi 8 (J)  | 14h30   | Conférence désirable à tout âge.                  |
| Arago                        | Jeudi 9 (J)     | 14h30   | Loto                                              |
| 121                          | Vendredi 10 (J) | 14h30   | Rencontre conviviale gouter d'été avec glaces     |
| Reculettes                   | Lundi 13 (J)    | 10h30   | Lecture de policier crimes et tasse de thé        |
| 121                          | Mercredi 15 (J) | 14h30   | Ciné-club Visite du Louvre                        |
| Reculettes                   | Mercredi 15 (J) | 14h30   | Interclub Glacière Sortie énigmes bord de Seine   |
| 121                          | Lundi 20 (J)    | 9h30    | Sortie musée de la poste                          |
| Interclub 121/ Club des bois | Mardi 21 (J)    | 9h30    | Randonnée Lac de Créteil (94) Rdv : Club 9h30     |
| Arago                        | Mardi 21 (J)    | 9h30    | Visite du musée du quai Branly                    |
| 121                          | Lundi 27 (J)    | 10h     | Visite EHPAD Annie Girardot                       |
| 121                          | Mercredi 29 (J) | 14h30   | Ciné-club Le Mexique la piste du jaguar           |
| 121                          | Vendredi 31 (J) | 9h30    | Visite du château de Versailles                   |
| 121                          | Mercredi 5 (A)  | 14h30   | Café des souvenirs d'été                          |
| 121/ Club des bois           | Jeudi 6 (A)     | 09h30   | Sortie Pique Nique Parc Floral Rdv Club 121       |
| Reculettes                   | Lundi 10 (A)    | 10h30   | Lecture de romans de vacances                     |
| 121                          | Lundi 10 (A)    | 14h00   | Visite du musée de la Marine                      |
| 121                          | Mercredi 12 (A) | 14h30   | Ciné-club « Le Charles de Gaulle »                |
| Reculettes                   | Mercredi 12 (A) | 14h30   | Initiation linogravure                            |
| 121                          | Vendredi 14(A)  | 14h30   | Quizz musical année 50 à 80                       |
| Reculettes                   | Lundi 17 (A)    | 10h30   | La mer, la plage, les coquillages dans l'art      |
| Reculettes                   | 18 et 19 (A)    | 14h30   | Initiation au papier mâché                        |
| Château                      | Jeudi 20 (A)    | 14h30   | Jeux de théâtre d'improvisation                   |
| Château                      | Lundi 24 (A)    | 15h     | Loto                                              |
| Arago                        | Mardi 25 (A)    | 9h30    | Visite château de Versailles                      |
| Reculettes                   | Mercredi 26 (A) | 14h30   | Jeux lecture de BD gouter rafraichissant          |
| 121                          | Mercredi 26 (A) | 14h30   | Ciné-club Le journal d'Anne Frank                 |
| Château                      | Mercredi 26 (A) | 14h30   | Conférence Le mystère d'Alfred Hitchcock          |
| Château                      | Jeudi 27 (A)    | 14h30   | Jeux de mémoire                                   |
| Arago                        | Lundi 31 (A)    | 14h30   | Conférence sur le Mexique                         |

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                    |
|------------------------------|--------------|--------------------------------------|
| Taï chi <div>nouveau</div>   | Jeanne d'Arc | Lundi et Vendredi 10h-11h            |
| Bouge ton corps              | Glacière     | Lundi 10H30-12h                      |
| Gym d'été <div>nouveau</div> | 121          | Jeudi 10h30-12h                      |
|                              | 121          | Mardi 10h-11h                        |
| Danse country                | Jeanne d'Arc | Mercredi 10h-12h, débutants, avancés |
| Gym sur chaise               | Reculettes   | Mardi 10h30-11h30                    |
| Danse madison                | Jeanne d'Arc | Mercredi 14h-15h30                   |
| Danse country                | Arago        | Mercredi 14h30-16h30                 |
| Tennis de Table              | Reculettes   | Mercredi et jeudi 10h-12h            |
| Chorégraphie                 | Château      | Jeudi 10h-12h                        |
| Taï chi                      | 121          | Jeudi 10h30-12h                      |
| Danse en ligne               | Reculettes   | Vendredi 9h30-12h                    |
| Danse de salon               | 121          | Vendredi 14h30-16h30                 |

Activités multimédia

|                                               | CLUBS | Jours et horaires                          |
|-----------------------------------------------|-------|--------------------------------------------|
| Cours informatique <div>sur inscription</div> | 121   | Lundi et mardi 9h-12h30<br>mercredi 9h-17h |

Activités culturelles

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

Activités prévention santé

|                 | CLUBS        | Jours et horaires                    |
|-----------------|--------------|--------------------------------------|
| Jeux dynamiques | Glacière     | Lundi 14h30-16h30 <div>nouveau</div> |
| Jeux de mémoire | Jeanne d'Arc | Lundi 14h30-16h                      |
|                 | Massena      | Mardi 14h-16h                        |
|                 | Arago        | Vendredi 14h30-15h30                 |
|                 | 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                             | Massena       | Lundi 14h-17h                                   |
| Atelier bijoux                      | Château       | Lundi 14h30-17h30                               |
| Art créatif                         | Chateau       | 1 <sup>er</sup> et 3 <sup>ème</sup> lundi 14h30 |
| Tricot                              | 121           | Lundi et Mardi 14h-17h                          |
| Dessin peinture                     | Reculettes    | Lundi et jeudi 14h30-17h30                      |
| Mosaïque récup                      | Reculettes    | 3 <sup>ème</sup> et 4 <sup>ème</sup> lundi      |
| Art créatif                         | Arago         | Lundi 14h30-17h30                               |
| Arts Plastiques                     | Château       | Mardi 10H-12h30                                 |
| Loisirs Créatifs                    | Arago         | Mardi 14h30-17h                                 |
| Linogravure                         | 121           | Mardi 14h-16h30                                 |
| Quilling,Scrapb                     | 121           | Mardi 14h-17h                                   |
| Dessin peinture                     | Arago,Masséna | Mardi 14h30-17h, 14h-16h30                      |
| Dessin peinture                     | Château       | Mardi 10h30-12h30                               |
| Peinture sur soie                   | Reculettes    | Mardi 14h30-17h                                 |
| Tricot                              | Arago         | Mardi 14h30-17h30                               |
| Couture                             | Château       | Mercredi 14h30-17h                              |
|                                     |               | Mercredi 10h30-12-30                            |
| Dessin peinture                     | 121           | Vendredi 9h30-12h30                             |
| Atelier manuel                      | Château       | Mercredi 14h30-17h00                            |
| Peinture sur soie                   | 121           | Mercredi 10h-12h30                              |
| Tricot                              | Glacière      | Mercredi 10h30-12h30                            |
| Mosaïque                            | Charcot       | Jeudi 15h-17h                                   |
| Dessin peinture                     | Jeanne d'Arc  | Jeudi 9h30-12h30                                |
| Couture                             | 121           | Jeudi 14h30-17h                                 |
| Diamondpainting                     | Jeanne d'arc  | Jeudi 14h30-17h                                 |
| Créations textiles                  | Reculettes    | Vendredi 14h30-17h30                            |
| Loisirs Créatifs <div>nouveau</div> | Glacière      | Vendredi 14h30-16h30                            |

**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  
**Fermeture du 10/08 au 14/08**

**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  
**Fermeture du 17/08 au 08/09**

**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  
**Fermeture du 20/07 au 24/07**

**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