

CLUB	Date	Horaire	Thème
Reculettes	Mercredi 2	14h30	 Peinture sur petits tabliers d'enfant
Château	Jeudi 3	14h30	 Chansons à l'EHPAD jardin d'Iroise
Reculettes	Lundi 7	10h30	 Biographie : histoires de Reines
Château	Mardi 8	14h00	 Atelier jardinage les fourmis qui jardinent
121	Mercredi 9	14h30	 Séance sportive à la MVAC sur inscriptions
Reculettes	Mercredi 9	14h30	 Ballade énigmes observations bords de Seine
121	Jeudi 10,17,24	14h00	 La cybersécurité
Château	Jeudi 10	15h00	 Loto
121	Vendredi 11,18,25	10h00	 Jeux de mémoire
Château	Lundi 14	14h30	 Chorale au club Moréas
Arago	Lundi 14	9h39	 Visite de Notre Dame
121	Lundi 14	14h00	 Excursion prise du téléphérique de Villeneuve-st-georges
Reculettes	Mercredi 16	14h30	 Thé dansant
Château	Jeudi 17	14h30	 Karaoké
Arago	Jeudi 17	9h30	 Visite du Musée du Quai Branly
121	Vendredi 18	14h30	 Fabrication Baume du Tigre
Jeanne d'arc	Vendredi 18	14h00	 Visite de la Pagode de Vincennes
Château	Lundi 21	14h30	 Venue de la Chorale de Robert Blache
Reculettes	Lundi 21	10h30	 La Paix dans l'Art
Masséna	Mardi 22	14h30	 Karaoké
121	Mercredi 23	14h30	 Bal de rentrée
Jeanne d'arc	Mercredi 23,30	14h30	 Cours de Zumba adaptés
121	Jeudi 24	10h00	 Cours de danse en ligne débutants
Château	Jeudi 24	14h30	 Spectacle de théâtre Musical
121	Vendredi 25	14h30	 Loto
Clubs 13	Mardi 29	9h30-17h	 Expo-vente à la MVAC 31 rue Bobillot
121	Mercredi 30	14h30	 Conférence L'image de la vieillesse dans l'Art

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

Activités multimédia



	CLUBS	Jours et horaires
Cours informatique	121	Mardi et 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
Atelier d'écriture	Château	1er Lundi 14h30-17h
Théâtre	Château	Vendredi 14h30-17h
Echanges culturels	Reculettes	1 ^{er} et 3 ^e lundis 10h30-12h30

Activités prévention santé



	CLUBS	Jours et horaires
Jeux dynamiques	Glacière	Lundi 14h30-16h30 
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 ^{er} et 3 ^{ème} lundi 14h30
Tricot	121	Lundi et Mardi 14h-17h
Dessin peinture	Reculettes	Lundi et jeudi 14h30-17h30
Mosaïque récup	Reculettes	3 ^{ème} et 4 ^{ème} 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 10h-12h30
Dessin peinture	121	Vendredi 9h30-12h
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 	Glacière	Vendredi 14h30-16h30

ADRESSES DES CLUBS du 13^e arrt

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 01 45 83 70 33
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

