Treize

Le magazine
de la Mairie du 13e
NOV. - DÉC. 2026 | N°88

SENIORS oui, et alors ?



Samedi 5 décembre de 14h30 à 17h30 à la Mairie du 13e, les enfants feront la fête : spectacles, animations, dédicace et goûter !

UN APRÈS-MIDI AVEC ÉMILE
en présence de son créateur Vincent Cuvellier

Un après-midi avec Émile

Le samedi 5 décembre à partir de 14h30, pour la 4e année consécutive, la Mairie du 13e organise un évènement « petite enfance » en partenariat avec Gallimard jeunesse. Après *l'Âne Trotro*, *Paco et Akissi*, c'est *Émile* qui sera la tête d'affiche de cet après-midi familial.

À cette occasion, nous avons posé quelques questions à son auteur Vincent Cuvellier qui nous fera l'honneur de sa présence.

L'APRÈS-MIDI DES TOUT-PETITS AVEC ÉMILE
Samedi 5 décembre de 14h30 à 17h30
Spectacles, animations, dédicace et goûter.
Accès gratuit dans la limite des places disponibles.


© Chloé Vollmer-Lo

Comment est né Émile ?

L'inspiration, ça va ça vient, et à ce moment-là, j'étais plutôt en panne. Et quand je suis en panne, je fais comme au rugby : je reviens aux fondamentaux.
Qu'est-ce que je pense de l'enfance ? Qu'est-ce que j'ai envie de raconter aux enfants ? Avec qui j'ai envie de travailler ? Quel écrivain je veux être ?
Les réponses sont dans Émile : Parler d'une enfance libre. Faire rire mes lecteurs. Un dessinateur au trait vif et expressif avec qui je m'entends bien. Un écrivain qui ne prend pas les enfants pour des idiots.
J'ai eu l'idée le matin, j'ai téléphoné à Ronan Badel à midi, et le soir il me rappelait pour me dire qu'il était partant.
Je lui ai décrit comment je voyais Émile. Il ne m'a pas écouté. Il a dessiné une centaine d'Émile, et au milieu, il y avait le vrai Émile.

Entretien avec **Vincent Cuvellier**

Quelles sont vos sources d'inspiration pour imaginer les histoires que vous faites vivre à Émile ?

Bien sur, à l'époque, mon garçon avait 6 ans, et ça n'a pas pu ne pas m'inspirer. Mais il y a aussi les souvenirs de ma propre enfance.
Émile est un enfant normal, avec une vie normale, une enfance normale. Et pourtant, il est très différent. C'est ça que j'aime chez les enfants : ils se ressemblent tous et pourtant chacun a son petit grain, sa petite singularité.
Pour arriver à Émile, Ronan et moi, on fait simple, très simple : tout est centré sur Émile, et sur sa manière de raconter les choses.
Émile est très particulier à écrire : c'est du concentré d'écriture. C'est au mot près, à la virgule près. Comme une musique. C'est ça, Émile, c'est écrit comme on écrit de la musique. De la musique drôle, j'espère !

Comment présenteriez-vous Émile à un enfant qui ne le connait pas encore ?

Je lui dirais que c'est l'enfant le plus têtu du monde. Et après je lui expliquerais ce que ça veut dire d'être têtu. Je lui donnerais un exemple. Et du coup, je lui lirais un *Émile*.

Pourquoi avez-vous choisi de raconter le monde à hauteur d'enfant ?

Je pars du principe qu'on peut parler de tout aux enfants, mais qu'il y a une manière de la faire. Mon truc, dans mes livres, c'est de parler aux enfants sans les prendre pour des idiots.
Émile correspond à la vision que j'ai de l'enfance : des gens déjà incarnés, avec des vraies personnalités, du caractère, de l'humour.
Émile est un vrai enfant, à l'opposé du petit prince. Je m'inscris beaucoup plus dans la lignée du *petit Nicolas*.

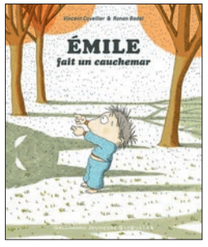
Quelle sera la prochaine aventure que vivra Émile ?

Ce sera « *Émile fait le bras de fer*. »
Pour Émile, j'aime bien le mettre dans le monde des adultes, des personnes âgées, des gens qui travaillent, des voisins… et pas le cantonner à un univers enfantin. On ne le voit jamais à l'école, mais souvent avec des adultes. Dans ce prochain épisode, il va faire des bras de fer avec des déménageurs.
Et en dehors d'*Émile* qu'écrit Vincent Cuvellier ?
Plus de 100 livres ! Il faut dire que j'ai commencé jeune. J'ai arrêté l'école à 16 ans et j'ai publié mon premier livre à 17 ans. Mes livres les plus connus sont « *La première fois que je suis née* » ou « *Le temps des Marguerite* » adapté au cinéma avec Clovis Cornillac.



Sinon, je vous conseille mon petit dernier préféré : « *7, rue Mirabelle* », l'histoire d'une petite fille au XIXe siècle, abandonnée à l'entrée d'une rue, dont chaque commerçant va décider de l'adopter chacun une année dans son commerce.







→ *Émile visite le musée, Émile fait un cauchemar, Émile et les autres*
Vincent Cuvellier, illustré par Ronan Badel
Gallimard Jeunesse, Collection Giboulées

Stop aux arnaques !

RÉUNION PUBLIQUE « PRÉVENTION DES ARNAQUES » MARDI 26 JANVIER 2027 À 14H30 À LA MAIRIE DU 13e

Votre conseiller bancaire vous appelle en vous informant que votre carte a été piratée et qu'il vous faut immédiatement lui transmettre votre code secret pour empêcher la fraude, un individu sur un site de vente en ligne qui exige un paiement immédiat… cela paraît crédible et c'est pourtant possiblement une arnaque ! C'est le propre d'une escroquerie : la ruse et abuser de votre confiance pour vous soutirer des informations personnelles ou pénétrer dans votre domicile.
Ces dernières années les arnaques se multiplient et apparaissent toujours de plus en plus inventives. Personne n'est à l'abri de se faire piéger donc il est important de savoir les repérer.
C'est pour cela que la Mairie du 13e poursuit son engagement auprès des habitantes et habitants pour lutter contre ces escroqueries et organiser des réunions de sensibilisation et prévention, tout particulièrement en direction des seniors.



« ENTRE LES LIGNES » le nouveau rendez-vous des amoureux des livres

Un livre, une autrice, des échanges et des découvertes : sous l'impulsion de Alexandre Courban, adjoint au Maire en charge de la culture, la Mairie du 13e lance « Entre les lignes », un nouveau cycle de rencontres littéraires mensuelles.

Pour cette première édition, rendez-vous le mardi 1er décembre avec Claire Duvivier autour de son roman *La Dame de la Seine*.
Et si un livre devenait le point de départ d'une belle rencontre ? C'est l'esprit d'« Entre les lignes ». Une fois par mois, lecteurs, curieux et passionnés de littérature seront invités à se retrouver autour d'un ouvrage, pour en découvrir les coulisses et échanger avec celles et ceux qui lui donnent vie.
Pour inaugurer ce cycle, la journaliste et animatrice Martine Laval accueillera Claire Duvivier pour une rencontre autour de son roman *La Dame de la Seine*, l'occasion de plonger dans son univers littéraire, de découvrir son travail d'écriture et de partager un moment privilégié avec son autrice.
« Chaque rencontre mettra à l'honneur un livre ayant un lien avec le 13e arrondissement : par son autrice ou son auteur, sa maison d'édition ou encore son histoire » précise Alexandre Courban avant d'ajouter *« C'est une manière également de faire vivre la vie culturelle locale, de valoriser les acteurs du livre et de créer des passerelles entre les œuvres, celles et ceux qui les écrivent et le public »*.
« Entre les lignes » est une invitation à prendre le temps de se retrouver autour des mots, à pousser les portes d'univers littéraires et, pourquoi pas, à repartir avec de nouvelles envies de lectures.
« À l'occasion du lancement de « Entre les lignes » je souhaite remercier tout particulièrement Jacqueline Zana-Victor qui a su animer durant de nombreuses années et avec talent de très belles rencontres littéraires » précise Jérôme Coumet, Maire du 13e.

BIEN VIEILLIR DANS LE 13e !



« Je le redis avec force : les seniors sont une de nos grandes richesses ! »

En tant que Maire, je suis particulièrement attentif à la place des enfants et des seniors dans la cité : c'est la condition nécessaire d'une ville accueillante pour toutes et tous.

Aujourd'hui, j'ai souhaité que notre journal municipal soit quasiment entièrement consacré aux seniors ; nous reviendrons dans un prochain numéro sur la jeunesse.

Comme vous le verrez, nous avons essayé ces derniers temps de mettre en place toute une série de propositions, d'initiatives et de lieux dédiés.

Je suis d'ailleurs toujours étonné par le fait que beaucoup d'entre vous ne soient pas au courant de toutes ces propositions et j'espère que les pages suivantes vous seront très utiles et que vous y trouverez beaucoup de réponses à vos questions.

Je le redis avec force : les seniors sont une de nos grandes richesses ! Ils font vivre nos associations et nos conseils de quartier, sans leur présence beaucoup de familles seraient en grande difficulté et ils sont eux-mêmes souvent aidants de plus âgés qu'eux.

Alors que certains veulent les réduire à une charge en raison de la question des retraites – qui sont souvent modestes et pour lesquelles ils ont cotisé toute leur vie – j'affirme, au contraire, qu'ils jouent un rôle essentiel dans le fonctionnement de la société.

Permettez-moi de dire quelques mots sur les semaines que nous venons de passer.

Notre 13e a été largement épargné par les débordements mais je ne vous cache pas que ces épisodes m'ont marqué. Vous me connaissez, jamais je n'excuserai la casse ou la violence.

Pour autant, je ne peux que m'étonner du temps pris par le gouvernement pour rencontrer les représentants des lycéens et commencer à répondre à leurs légitimes revendications : quand tous les jeunes se mobilisent pour avoir des conditions d'études dignes, des locaux adaptés et des remplaçants quand leurs professeurs sont malades, cela me semble normal de les entendre et de leur répondre. Parce que la jeunesse, c'est notre avenir et celui de notre pays.

Contre ceux qui cherchent à nous diviser et à nous opposer les uns aux autres, j'appelle à davantage d'écoute et de sérénité.

Comptez sur moi pour m'y employer.

— Jérôme Coumet
Maire du 13e arrondissement de Paris

Jérôme Coumet · jerome_coumet · @jerome_coumet
Paris Treize · @mairie13paris · @mairiedu13









LES RESTAURANTS ÉMERAUDE, des déjeuners de qualités et de bons moments

Gérés par la direction des solidarités de la Ville de Paris, les restaurants Émeraude accueillent chaque jour des dizaines d'habitués pour tenter de répondre à deux problématiques souvent liées avec l'âge : l'alimentation et l'isolement.

Au sein du restaurant de la rue Charcot, l'un des trois établissements du 13e arrondissement (avec Tolbiac et Arago), le chef Moulay Aboulouafa connait bien les visages et les habitudes de ses clients. Et pour cause : chaque jour du lundi au vendredi (de 12h à 14h), il y dresse plus de 50 couverts à destination des seniors Parisiens (plus de 65 ans, ou 60 ans en cas d'inaptitude) et des personnes en situation de handicap. Un dispositif qui s'adresse aux seniors munis de la carte Paris Restauration, dont le formulaire d'obtention est disponible auprès de chaque Maison des Solidarités.

UNE CUISINE MAISON AU FIL DES SAISONS

Derrière les fourneaux, le principe est simple. De bons petits plats, cuisinés chaque jour avec des produits frais et de qualité. « *Nous nous approvisionnons quasi exclusivement avec des produits locaux, à l'image des fruits et légumes récoltés en région parisienne*, témoigne le chef Aboulouafa. *Nous travaillons également avec des produits bio, qu'il s'agisse des pommes de terre, des viandes et des poulets, certifiés Label Rouge* », ajoute-t-il. Une offre de repas variés selon la saison, dont la répartition hebdomadaire est connue en amont pour davantage de clarté, à l'image de l'alternative végétarienne proposée chaque semaine. Une alimentation de qualité accessible aux seniors, dont la motivation et le porte-monnaie ne permettent pas toujours de manger équilibré à la maison. « *Dans nos restaurants, le prix du repas est calculé en fonction des revenus, ce qui permet à chacun de payer en fonction de ses ressources* », précise le chef.

LA TABLE, VECTEUR DE LIEN SOCIAL

À Charcot comme ailleurs, le contenu de l'assiette n'est pas la seule raison d'être de ces restaurants destinés aux seniors. « *Tous les jours, les femmes viennent coiffées et maquillées, tandis que les hommes portent le costume-cravate comme s'ils allaient travailler* » s'émerveille le chef. « *Le but, c'est de se retrouver, parler et échanger : il ne s'agit pas seulement de restauration, mais avant tout de lien social* », précise-t-il. Assisté chaque jour de deux agents en cuisine, Moulay Aboulouafa souligne l'atmosphère conviviale qui règne dans le réfectoire, un climat propice pour lutter contre l'isolement de personnes âgées parfois seules : « *Hier, une cliente m'a même fait de la jalousie car j'ai passé trop de temps à discuter avec une autre table* », sourit-il, lui qui trouve chaque jour le temps d'aller aux nouvelles de ses clients. La preuve qu'à Charcot comme ailleurs, les restaurants Émeraude permettent aux seniors de bien manger sans renoncer au plaisir d'être ensemble.

LES RESTAURANTS EMERAUDE DU 13e
- Arago 49 boulevard Arago
- Charcot 11-15 rue Charcot
- Tolbiac 166 rue de Tolbiac

Retrouvez l'ensemble des informations pratiques en flashant le QR code



↑ Marie-Thérèse Manceau (gardienne de la résidence) et Marie-Laure Laurent (locataire depuis 2012)



Vieillir chez soi en restant entouré

Résidences appartements, autonomie ou relais : dans le 13e, la Ville de Paris propose aux séniors des hébergements adaptés à leurs besoins tout en conservant leur indépendance.

Destinées aux personnes n'exerçant plus d'activité professionnelle et âgées d'au moins 60 ans, les résidences séniors permettent à des séniors autonomes de se loger dans un cadre sécurisant, tout en préservant leur autonomie. Si certaines résidences sont éligibles aux aides sociales, les frais d'hébergement y sont établis selon les conditions de ressources, le degré d'autonomie et le type de résidence choisie par la personne. Avec neuf résidences situées au cœur du 13e, c'est peu dire que l'offre est importante... mais les besoins aussi.

DES LOGEMENTS ADAPTÉS AUX BESOINS

Parmi les différents concepts proposés, les résidences appartements offrent la plus grande liberté aux résidents en quête de confort, tout en conservant une totale indépendance de vie. Des logements non meublés situés au sein d'immeubles équipés d'un ascenseur et bénéficiant d'un gardien chargé de la sécurité, d'une écoute bienveillante et de l'entretien des parties communes : un cadre sécurisé, garantissant au maximum l'intimité de ses résidents. Les résidences autonomie, elles, s'adressent à des séniors en quête d'un hébergement autonome, tout en bénéficiant de la présence d'un personnel qualifié et attentif aux besoins d'accompagnement de ses résidents. « *En cas de besoin, nous faisons appel à des aides à domicile qui viennent de l'extérieur* », explique Marie-Thérèse Manceau, gardienne de la résidence des Reculettes. Les résidences relais, enfin, offrent une solution d'hébergement temporaire à des personnes âgées pour cause de convalescence, en cas d'absence de la famille ou pour accompagner les aidants, avant leur retour à domicile ou leur orientation vers une structure plus adaptée.

LES RECULETTES, ENTRE INDÉPENDANCE ET SOLIDARITÉ

Au sein de la résidence autonomie des Reculettes, se côtoient 42 résidents répartis dans 37 appartements munis de tous les équipements nécessaires à l'avancée de l'âge (rampes d'accès, toilettes adaptées etc.). Surtout, la résidence se veut être un véritable lieu de partage entre les résidents. « *Grâce au club sénior implanté au rez-de-chaussée, les séniors ont la possibilité de participer à des activités communes en bas de chez eux, ou simplement de venir lire, danser ou échanger ensemble* », se réjouit la gardienne, toujours disponible pour assurer le bien-être des résidents. « *Il existe également un système de téléalarme qui permet aux séniors d'appuyer sur un simple bouton afin de m'avertir d'un quelconque problème dans leur domicile* », complète-t-elle.





Le cours de "Gym sur chaise" animé par Suzon Claure

Quand la routine prend sa retraite !

Dans le 13e arrondissement, les clubs séniors multiplient les propositions d'activités permettant aux retraités de rester actifs. Des lieux de vie chaleureux et animés, où la lutte contre l'isolement est une priorité.

Mais qui a dit que les retraités devaient rester chez eux sans bouger ? Avec huit clubs séniors, le 13e offre un large éventail d'activités en tous genres à ses adhérents, gratuites et référencées au sein d'un journal mis en ligne tous les mois sur le site de la Mairie. Pour s'inscrire à une activité, rien de plus simple : il suffit d'en faire la demande sur place ou par téléphone !
Du lundi au vendredi, les activités régulières rythment ainsi le planning des clubs séniors. Et le moins que l'on puisse dire, c'est qu'il y en a pour tous les goûts : des activités physiques (tai-chi, tennis de table, gymnastique douce, danse de salon…) aux ateliers créatifs en passant par les initiations au multimédia, l'étendue des possibles est illimitée. *« Les clubs séniors ne sont pas seulement des endroits où l'on vient jouer au bridge*, souligne Mickaël Sombé, coordinateur des clubs du 13e. *En réalité, les équipes d'animation cherchent constamment à innover et renouveler leur offre d'activités, comme la création de bijoux, la peinture ou l'initiation à l'anglais par exemple. »* Si des prestataires extérieurs sont parfois invités à animer certains modules, les clubs proposent également des évènements ponctuels tels qu'un bal, un karaoké ou une conférence-lecture de roman espagnol par exemple.

LE PLAISIR D'ÊTRE ENSEMBLE

Au-delà de cette programmation si riche, les clubs visent à prévenir l'isolement des séniors. *« Nos clubs sont positionnés de manière stratégique, comme ceux placés au rez-de-chaussée des résidences séniors : même sans participer aux activités, il est possible de venir s'asseoir, lire, tricoter ou simplement discuter avec l'équipe d'animation ou les autres adhérents »*, ajoute le coordinateur, citant l'exemple du Club Arago, dont l'espace climatisé a été particulièrement apprécié lors de la canicule estivale. Plus encore, les activités proposées permettent aux habitués le partage d'un savoir-faire au grand public, comme lors d'expoventes des œuvres réalisées dans les clubs ou aux autres membres du club : *« Nous avons la chance que certains membres proposent de partager leurs connaissances aux autres membres, comme ce bénévole qui propose des cours de danse country depuis plusieurs années »*, se réjouit Mickaël Sombé. De quoi tordre le cou pour de bon aux idées reçues sur la retraite !

Retrouvez la liste des 8 clubs seniors et l'ensemble des informations pratiques en flashant le QR code



↑ Gymnastique douce dans le cadre du dispositif "Sport senior en plein air" animé par le Judo Club Baudricourt

SENIORS ET SPORTIFS !

Les seniors aiment le sport dans le 13e et le succès du dispositif **Paris Sport Séniors** en est d'ailleurs la preuve. Celui-ci s'adresse aux parisiennes et aux parisiens âgés de plus de 55 ans et leur permet de bénéficier gratuitement d'une activité sportive encadrée une fois par semaine tout au long de l'année scolaire.

Réparties sur 18 créneaux dans les équipements sportifs ou des parcs et jardins du 13e, de nombreuses activités sont proposées : marche nordique, remise en forme, gymnastique douce, tennis, tennis de table ou golf. À noter cette année, deux nouveautés, le football en marchant et le badminton !
Les inscriptions ont lieu chaque année durant les deux premières semaines de septembre sur paris.fr mais également au travers de permanences d'inscriptions organisées en Mairie.

D'autres offres d'activités sportives dédiées aux seniors sont également proposées par Générations 13, Forme et Bien-être, Groupe associatif Siel Bleu, No Boudo Taekwondo Club, Judo Club Baudricourt, Retraite Sportive de Paris ou encore les sept centres Paris Anim'. Vous pouvez retrouver l'ensemble des informations sur le site de la Mairie du 13e dans l'annuaire des associations sportives, sous l'onglet "activités seniors".
Afin de pouvoir proposer davantage de séances de sport dédiées aux seniors, la Mairie du 13e a inscrit dans le programme d'extension du solarium de la piscine de la Butte-aux-Cailles la création d'une nouvelle salle de sport dont une grande partie des créneaux profitera à des associations proposant des activités sportives dédiées aux seniors. Ce nouvel espace ouvrira à la fin du premier trimestre 2028.
De même, la nouvelle halle sportive Dunois a également permis l'accueil de nouveaux créneaux d'activités sportives dédiées aux seniors. Ainsi, le lundi midi et le mercredi midi la Retraite Sportive de Paris dispense des séances de gymnastique. Le mardi après-midi la Ville de Paris organise du football en marchant.

Le dispositif Paris Sport Santé, s'adresse quant à lui aux personnes atteintes de maladies chroniques (cancer en rémission, longues maladies), et se fait sur prescription médicale. Après une évaluation physique et un entretien motivationnel dans l'une des Maisons Sport Santé de Paris, les participants intègrent un programme de 14 séances réparties sur 3 mois, adapté aux pathologies, en petits groupes de 10 personnes, avec un suivi personnalisé.
Une Maison Sport Santé (MSS) sera créée place Pierre Riboulet. Lauréate de la dernière édition du budget participatif, le projet d'ouverture de la MSS du 13e, la quatrième à Paris, est très attendue par les habitants mais aussi par les professionnels de santé.



Le logement social face au défi de l'autonomie

Afin de répondre aux défis du bien-vieillir chez soi, Paris Habitat – principal bailleur social de la Capitale – déploie plusieurs dispositifs concrets pour accompagner ses locataires au quotidien, comme c'est le cas dans le 13e arrondissement.

Bailleur social engagé au service des habitants, Paris Habitat, qui loge aujourd'hui près d'un Parisien sur neuf, développe également des actions d'accompagnement social et d'adaptation de ses logements. Avec près de 38 % de ses logements occupés par des résidents de plus de 65 ans, la forte concentration de seniors incite naturellement le bailleur social à poursuivre une stratégie identifiée à destination des seniors, tout particulièrement dans le 13e, l'un des arrondissements précurseurs dans le domaine. *« Notre stratégie porte également sur la question du grand âge, car les enjeux ne sont pas les mêmes à 65 ans ou à 75 ans »*, témoigne Sophie Zeghlache, cheffe des politiques d'accompagnement social des locataires, du handicap et du vieillissement chez Paris Habitat.

SÉCURISER L'ESPACE QUOTIDIEN

« Notre premier objectif consiste à permettre à nos résidents séniors de rester le plus longtemps possible chez eux en menant une stratégie d'adaptation des logements », indique-t-elle. En passant, en sept ans, de 500 à 2 500 demandes en ce sens, Paris Habitat tente ainsi de rendre accessible la majeure partie de son patrimoine de manière à prévenir la perte d'autonomie des personnes âgées, une stratégie identique à celle menée à destination des personnes en situation de handicap. Totalement gratuit pour les locataires, l'adaptation du logement passe par une amélioration de l'accessibilité, tant au sein des appartements que dans les parties communes. Qu'il s'agisse de la création de rampes, de passages lumineux, de portes automatiques ou de la manière de repenser la fonctionnalité au quotidien de certains objets tels que des tapis ou des meubles, tout est pensé de manière à prévenir au maximum le risque de chute. *« Une étude récente fait état d'une augmentation de 20 % de la mortalité liée aux chutes des personnes âgées dans leur logement : pour lutter contre ce phénomène, nous faisons donc appel à une ergothérapeute, qui recense les risques de danger pour le locataire et préconise les adaptations à apporter au logement »*, ajoute-t-elle.

LA SOLIDARITÉ AU PIED DE L'IMMEUBLE

La perte d'autonomie étant d'autant plus importante chez les séniors isolés, la stratégie de lutte contre l'isolement des résidents constitue également une priorité pour les bailleurs sociaux. L'habitat inclusif, dont le 13e arrondissement est l'un des précurseurs avec deux sites dédiés, permet de répondre à ce besoin de lien social dans des quartiers où les personnes âgées auraient tendance à ne plus sortir de chez elles. *« Au sein d'une résidence désignée, où le taux de séniors est relativement élevé, le projet pour Paris Habitat consiste à mettre à disposition un local animé quotidiennement, en lien avec une association, de manière à permettre des activités, des sorties ou des animations permettant de créer une dynamique de partage entre les résidents »*, se réjouit la cheffe des politiques d'accompagnement social des locataires. Dans ce cadre, des missions d'aller-vers sont également mises en place, de manière à informer le plus grand nombre de locataires de l'existence du dispositif en bas de chez eux, mais aussi de la possibilité d'un accompagnement individualisé, social ou médico-social.





Afin de lutter contre l'isolement des séniors, Paris Habitat a également déployé avec succès le dispositif Cohab+ : *« Le concept consiste à ce que des jeunes disposent de leur propre logement, tout en s'engageant en contrepartie à accompagner les séniors de leur résidence chez le médecin par exemple, ou en réalisant des actions de convivialité et de solidarité auprès d'eux »*, souligne Sophie Zeghlache, qui évoque par ailleurs la création, dans les prochains mois, d'une équipe mobile gériatrique destinée à intervenir directement auprès des résidents séniors sans attendre une prise en charge à l'hôpital, un projet tout à fait novateur.

AU-DELÀ D'UNE SIMPLE BROCHURE

La stratégie de Paris Habitat repose également sur l'accès aux droits, une thématique centrale pour des personnes âgées faisant bien souvent face à une forme de violence administrative. C'est d'ailleurs dans le 13e arrondissement, porte d'Ivry, que le dispositif « Vos droits en direct » fut d'abord expérimenté, afin de faire face à un taux élevé de non-recours aux droits de ses résidents. *« L'objectif n'est pas seulement de délivrer des informations, mais bien d'ouvrir les droits en direct et instruire directement les dossiers afin d'éviter aux séniors d'être renvoyés de guichet en guichet »*, développe-t-elle encore, dont les équipes œuvrent conjointement avec celles de la Caisse d'Allocations Familiales, les agents de l'accès aux droits de la Ville de Paris ainsi que l'association 13 Avenir notamment.





LE NUMÉRIQUE s'apprend à tout âge !

Prendre un rendez-vous médical, échanger avec ses proches ou effectuer une démarche administrative : aujourd'hui, le numérique est partout. Pourtant, pour un grand nombre de personnes, ces outils peuvent parfois sembler complexes.

Dans le 13e, de nombreuses structures se mobilisent pour que chacune et chacun puisse gagner en autonomie et en confiance face aux écrans.

Des permanences d'aide numérique sont proposées dans tout l'arrondissement. Elles permettent d'être accompagné pour créer une adresse e-mail, utiliser un smartphone, naviguer sur Internet ou réaliser des démarches en ligne. Bibliothèques, centres sociaux et associations accueillent les habitants dans un cadre convivial et bienveillant.

Certaines initiatives s'adressent plus particulièrement aux seniors. Le Club seniors 121, rue Jeanne-d'Arc, propose des ateliers numériques à ses adhérents, tandis que le Centre Paris Anim' Victoire Tinayre organise des activités dédiées aux plus de 50 ans. L'association Générations 13 accompagne également les retraités dans leurs démarches et leur appropriation des outils numériques.



Pour aller plus loin, la Maison de la médiation numérique, aux Olympiades, offre un large choix d'accompagnements et de formations. D'autres structures, comme 13 pour tous ou Maison 13 Solidaire, proposent également une aide personnalisée.

Au-delà de l'apprentissage technique, ces lieux favorisent le lien social et l'accès aux droits. Une aide précieuse pour rester connecté à ses proches, à l'information et aux services du quotidien.

L'ensemble des informations est consultable sur le site de la Mairie du 13e en tapant « Guide de l'offre numérique » dans l'onglet de recherche ou en flashant le QR code ci-dessous.



Une conciergerie solidaire pour vous simplifier la vie au quotidien !



Vous avez 60 ans ou plus et résidez dans le 13e ?
Au 20-22 rue de Patay, une équipe chaleureuse vous ouvre ses portes pour vous épauler au quotidien et préserver votre autonomie.

Un coup de main pour vos courses, un petit bricolage ou l'envie de partager un café ? Accessible à tous dès 60 ans, le Comptoir Patay a été pensé sur mesure pour vous. Sa mission : vous faciliter la vie tout en créant un vrai réseau de convivialité dans le quartier.

DES VOISINS ENGAGÉS À VOTRE SERVICE

Porté par l'association 13 Avenir avec la Mairie du 13e et la Ville de Paris, ce lieu repose sur un modèle humain : vos intervenants sont vos propres voisins des quartiers Oudiné-Chevaleret et Bédier-Boutroux, réembauchés en CDI pour mettre leurs compétences à votre service.

DES AIDES CONCRÈTES POUR VOTRE QUOTIDIEN

Grâce à un abonnement accessible (dès 60 € par an), vous bénéficiez chaque mois de prestations clés en main :

- **4 « coups de pouce » sur mesure :** accompagnement pour vos déplacements, aide aux courses ou visites conviviales.
- **Services pratiques :** petit entretien et bricolage à tarif préférentiel.
- **Accompagnement et lien social :** aide administrative, appels téléphoniques réguliers et ateliers variés (bien-être, activités créatives, gym douce).

Poussez la porte du Comptoir Patay !
L'équipe vous accueille au 20-22 rue de Patay, du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 14h à 17h30.
Téléphone : 09 83 39 43 15.



Des aînés bien entourés

Face à l'âge qui avance, les séniors du 13e bénéficient d'un accompagnement complet et personnalisé : un parcours conçu pour favoriser leur quotidien et faire valoir l'ensemble de leurs droits.

S'il existe de nombreux dispositifs d'aide possibles après le passage à la retraite, tout l'enjeu pour les séniors reste avant tout de savoir vers qui se tourner afin de réaliser un véritable bilan. Dans le 13e, la Maison des aînés et des aidants ou la Maison des Solidarités (MDS) peuvent jouer ce rôle de premier relais. Ouverte du lundi au vendredi de 8h30 à 17h, cette dernière, véritable porte d'entrée sociale de la Ville de Paris, oriente les retraités (65 ans ou plus, ou 60 ans en cas d'inaptitude) ou les personnes en situation de handicap vers le bon interlocuteur, en fonction de l'évolution de leurs besoins. Un parcours adapté à chacun, pensé pour ne laisser personne de côté.

VIEILLIR CHEZ SOI

« Pour faire face à l'avancée de l'âge, les professionnels de la Maison des Solidarités (services sociaux de la Mairie) sont à la disposition des séniors pour les aider dans les démarches, et les orienter vers des dispositifs leur permettant de rester à leur domicile le plus longtemps possible », expose Catherine Buisson, directrice de la Maison des Solidarités du 13e. C'est le cas du service « Paris domicile », dispositif d'aide à domicile du Centre d'action sociale de la Ville, très apprécié des personnes aux faibles ressources ou isolées. Des services de soins à domicile, d'accueil de jour, de port de repas ou de téléassistance sont également proposés aux personnes âgées, de manière à optimiser leur maintien à la maison. Au-delà de l'existence de ces dispositifs, se pose également la question de leur financement, un sujet parfois complexe pour certains retraités. *« L'allocation personnalisée d'autonomie (APA), par exemple, n'est pas toujours réclamée par les séniors. À la Maison des Solidarités, nos services proposent également une aide dans les démarches administratives, pour aider les retraités à obtenir le versement de ces aides »*, souligne-t-elle.

DES BESOINS QUI ÉVOLUENT

Quand le maintien à domicile n'est plus possible, le parcours d'accompagnement ne s'arrête pas pour autant. *« Lorsque la perte d'autonomie devient trop importante, il est possible d'engager une demande de logement dans l'une des structures des environs »*, témoigne la



directrice. Résidences séniors, établissements sociaux et médico-sociaux ou résidences autonomie sont autant de possibilités d'hébergements adaptés en fonction du niveau d'autonomie de ses résidents. Des associations telles que France Alzheimer, qui tient une permanence à l'hôpital Broca, permettent dans certains cas de compléter l'accompagnement des séniors et de leurs proches lorsque cela est nécessaire. Accessible via le dossier de demande d'admission unique, l'entrée dans l'un des neuf EHPAD de l'arrondissement représente enfin une solution parfois nécessaire à la perte totale d'autonomie.

La solidarité en un reflex

Face aux situations de crise, le dispositif Reflex permet de veiller sur les personnes les plus fragiles. Un fichier ayant vocation à s'étoffer, de manière à protéger le plus grand nombre de nos aînés.

Lorsque les températures grimpent, un épisode de canicule s'apparente très vite à une situation de vulnérabilité pour une personne âgée. Anciennement connu sous le nom de Chalex, le dispositif Reflex permet de référencer au sein d'un fichier les personnes fragiles et isolées, afin de pouvoir les contacter au plus vite en cas de crise. Le champ d'action du dispositif Reflex ne se limite toutefois pas aux seuls épisodes de canicule : des périodes de froid intense ou d'importantes pannes d'électricité sont autant de crises potentielles susceptibles de déclencher le dispositif.

DU SIGNALEMENT À L'ACCOMPAGNEMENT

Accessible aux séniors parisiens d'au moins 60 ans et aux personnes en situation de handicap, l'inscription au fichier Reflex nécessite de remplir un questionnaire disponible en ligne, ou dans l'une des permanences sociales de la Ville. *« Plusieurs informations sont requises pour l'inscription à ce fichier protégé, telles les codes d'entrée aux bâtiments ou les conditions de vie en général. On demande également aux personnes de prévenir lorsqu'elles partent en vacances, afin de ne pas s'inquiéter pour rien en cas de crise »*, explique Catherine Buisson, directrice de la Maison des solidarités du 13e. Lors de la canicule cet été, les quelques 1 200 résidents du 13e inscrits sur le fichier Reflex ont ainsi été joints par téléphone, afin de prendre de leurs nouvelles. *« Si besoin, d'autres services prennent ensuite le relais : le port de repas ou les aides à domicile par les services administratifs, mais également la distribution de ventilateurs par la Protection civile, l'appui d'une assistante sociale ou d'un médecin sont autant de réponses apportées aux besoins des séniors »*, détaille la directrice.

SENSIBILISER POUR MIEUX PROTÉGER

La Mairie du 13e a pour ambition d'élargir davantage le recensement. *« Tout l'enjeu réside dans le fait que l'inscription au fichier soit nécessairement un acte volontaire, incluant également la possibilité pour les proches d'inscrire la personne moyennant son accord*, explique Catherine Buisson. *Un décret de juillet 2026 prévoit désormais l'inscription automatique des bénéficiaires de l'APA, sauf opposition de la personne.* » Des campagnes de sensibilisation sont régulièrement menées auprès du public par les différents acteurs sociaux. Les nombreux « aller-vers » ainsi que « l'Opération chocolat de fin d'année » sont des exemples d'actions menées par la Maison des solidarités auprès des seniors du 13e, au cours desquelles le fichier est systématiquement présenté.



↑ Visite du dispositif par Emmanuel Grégoire, Maire de Paris, accompagné par son adjoint aux seniors et le Maire du 13e

© Jean-Baptiste Gurliat / Ville de Paris









« LA VIE EN MAUVE » un accompagnement au quotidien !

« La Vie en Mauve », géré par Coallia, est un accueil de jour dédié aux personnes âgées atteintes de la maladie d'Alzheimer ou de troubles apparentés.

Au fil des journées, différentes activités sont proposées pour stimuler la mémoire, entretenir les capacités physiques et encourager la créativité : ateliers mémoire, activités manuelles, jeux, moments d'échange et de convivialité… Cela contribue au bien-être des personnes accueillies tout en prévenant leur perte d'autonomie et préservant leur vie sociale.

Bien plus qu'un simple lieu d'accueil, c'est un espace chaleureux où chacune et chacun peut trouver sa place, partager de bons moments et profiter d'activités adaptées à ses envies et à ses capacités.

Les professionnels veillent à proposer un accompagnement personnalisé, dans une ambiance rassurante et conviviale, où chacune et chacun peut évoluer à son rythme. La fréquence d'accueil hebdomadaire est adaptable au souhait de chacune et chacun.

C'est aussi un soutien précieux pour les familles et les aidants car, pendant que leurs proches profitent d'une journée agréable et stimulante, les familles peuvent bénéficier d'un temps de répit pour elles en toute sérénité.

LES CONDITIONS D'ACCUEIL :

- Un entretien préalable avec le bénéficiaire et ses proches, afin d'évaluer ses besoins et son aptitude à bénéficier des services du centre ;
- La proposition d'assister à une journée découverte ;
- La signature d'un contrat de prise en charge.

PARTICIPATION FINANCIÈRE :

- Son montant est fixé annuellement par la Ville de Paris selon un barème basé sur l'avis d'imposition du bénéficiaire : entre 19 € et 75 € de frais par jour.

Une prise en charge des frais est possible par les aides publiques, si la personne est bénéficiaire de : l'Allocation Personnalisée d'Autonomie (APA) ; la Prestation de Compensation du Handicap (PCH) ; l'assurance maladie ; les Caisses de retraite ; la Mutuelle ; l'assurance personnelle.

Centre d'accueil de jour autonome « La Vie en Mauve »
10, rue Annie Girardot - 75013 Paris
Tél. 01 44 16 16 44 - accueildejour.lavieenmauve@coallia.org



Un avant-goût de Noël en musique !

Le vendredi 18 décembre et le samedi 19 décembre à 20h30, l'Orchestre Elektra, sous la direction de Lamar Elias, donnera deux concerts exceptionnels à la Mairie du 13e.



© Evann Ali-Yahia

Fort de plus de 80 musiciens, l'Orchestre Elektra avait déjà conquis le public l'an dernier avec *Envols*, interprétant notamment *The Lark Ascending* de Ralph Vaughan Williams et la *Symphonie n°9*, dite « du Nouveau Monde », d'Antonín Dvořák, sous la direction de Sarah Nemtanu.
Cette année, l'ensemble Elektra nous invite à découvrir ou redécouvrir l'un des grands chefs-d'œuvre du romantisme russe : la *Symphonie n° 2* de Sergueï Rachmaninov. Une œuvre magistrale, où les envolées mélodiques côtoient les élans dramatiques et les moments de profonde douceur. Son célèbre mouvement lent, d'une beauté saisissante, promet notamment de faire vibrer le public et de transformer la salle des fêtes en un écrin musical propice à l'émotion.
Une belle occasion de se laisser emporter par la puissance de la musique symphonique et de goûter, quelques jours avant les fêtes, à la magie de Noël !
Depuis son passage à la Mairie du 13e, l'Orchestre Elektra a poursuivi son parcours. Il a notamment participé au Petit Grand Festival de la Philharmonie de Paris avec un concert illustré autour des *Planètes* de Gustav Holst, dirigé par Mattia Bornati et raconté par Claudie Haigneré, première femme spationaute française. L'orchestre a également pris part à la création de l'œuvre *The Comets* du compositeur Robin Melchior, ainsi qu'au concert anniversaire des 80 ans de Steven Spielberg, organisé au Grand Rex sous la baguette de Simon Proust.
Lamar Elias, directrice artistique et musicale de l'Orchestre symphonique étudiant de Toulouse et cheffe principale du Palestine Youth Orchestra, s'affirme comme l'un des talents émergents de la direction d'orchestre. Née à Bethléem, elle commence son parcours musical par le violon et la composition avant de se consacrer à la direction d'orchestre. Elle se forme à l'Institut supérieur des arts de Toulouse auprès de Sabrie Bekirova et de Tugan Sokhiev. Au fil des dernières saisons, elle a collaboré avec plusieurs formations de renom, parmi lesquelles l'Orchestre national du Capitole de Toulouse, l'Orchestre de chambre de Paris, le Nürnberger Symphoniker, le Pärnu City Orchestra, la Philharmonie de Brașov et l'Orchestre symphonique de Tunisie.

Réservation obligatoire en flashant le QR code ou en vous rendant sur le site de la Mairie du 13e

TROIS PLUMES au coin de la rue





Trois auteurs, trois livres et le 13e en partage. Irène Fenoglio, Rémy Bouscant et Elsa Olaizola nous ouvrent les portes de leurs univers. D'un quartier à l'autre, *TREIZE* vous invite à découvrir leurs ouvrages et les liens que chacun tisse avec l'arrondissement.

© Adobe Stock



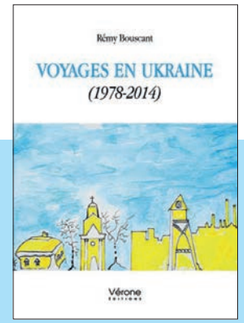
→ **Irène Fenoglio**
Tout héritage est une métamorphose
Albin Michel

Irène Fenoglio

L'ouverture au monde en héritage

Après de nombreuses publications scientifiques, Irène Fenoglio, directrice de recherche émérite au CNRS en sciences du langage, signe ici son premier récit, *Tout héritage est une métamorphose*, aux éditions Albin Michel. *« Cet ouvrage parle de mon expérience personnelle. Je réfléchis à ce qu'est véritablement l'héritage. Je viens d'une famille extrêmement modeste. Mes parents étaient ouvriers, mais ils m'ont transmis une grande richesse avec une ouverture au monde, puisque je suis devenue une intellectuelle. Sans ce père minutieux et cette mère habile de ses mains, qui m'ont appris à travailler correctement et à aller au bout des choses, je n'aurais peut-être pas fait de la recherche »*, raconte l'autrice, qui habite le 13e depuis 1996.

Un lien fort l'uni à l'arrondissement, qu'elle a vu évoluer : *« j'ai observé le quartier universitaire et le quai de la gare se transformer. Nous sommes gâtés par les parcs, c'est agréable d'y circuler »*. Sans oublier les nombreuses médiathèques, qu'elle nous encourage à fréquenter pour nourrir notre réflexion !



→ **Rémy Bouscant**
Voyages en Ukraine (1978-2014)
Vérone Éditions

Rémy Bouscant

51 ans dans le 13e et de nombreux voyages en Ukraine !

Élevé par ses grands-parents paternels en Picardie, Rémy Bouscant ne connaît pas sa famille maternelle lorsqu'à 30 ans, il reçoit une invitation de sa grand-mère ukrainienne. Une « divine surprise », qu'il raconte dans *Voyages en Ukraine* (1978-2014), paru en 2024. Mais voyager en Ukraine soviétique, sous Brejnev, n'a rien d'une promenade touristique ! Cet ancien avocat et magistrat se retrouve aux prises avec le KGB, interrogé et surveillé alors qu'il souhaite simplement retrouver les siens : *« j'ai dû me présenter au KGB local, et subi un interrogatoire incroyable. Je ne pouvais pratiquement pas sortir du village, sans autorisation du KGB »*.

De l'URSS à l'indépendance ukrainienne, il voit le pays évoluer au fil des décennies et témoigne de ses transformations dans cet ouvrage illustré de ses propres aquarelles. Une quête des origines qui s'est écrite depuis le 13e, où il vit maintenant depuis 51 ans. De la rue Wurtz à la Butte-aux-Cailles, il n'a jamais voulu quitter ce quartier *« varié et aéré »*, où il s'est également marié !



→ **Elsa Olaizol**
L'héritage de Soledad
JC Lattès

Elsa Olaizola

Du 13e aux routes de l'Ouest américain

« À 17 ans, Emiliano découvre que sa mère vit sous une fausse identité. Avec un carnet pour seul indice, il part sur les routes de l'Ouest américain. De Seattle au Dakota du Sud, son enquête le conduit auprès de militants dans une réserve amérindienne », raconte Elsa Olaizola.
Dans *L'Héritage de Soledad*, son premier roman paru en mars 2026, Elsa Olaizola mêle histoire familiale et grande Histoire, explorant la transmission familiale et les violences individuelles et collectives. C'est dans un café du 13e, dont elle apprécie l'ambiance, la vie de quartier et les discussions des habitués, qu'elle a écrit ce roman. Après avoir travaillé sur les droits humains, Elsa œuvre aujourd'hui à RFI.

L'écriture l'accompagne depuis longtemps car petite, elle s'essayait déjà aux contes et aux nouvelles : *« J'ai vécu à Chevaleret jusqu'à 31 ans. Mes professeur(e)s m'ont transmis ce goût de l'écriture et des livres. Mon rêve est de pouvoir continuer à écrire et inventer des histoires ! »*. Un rêve qu'on lui souhaite de poursuivre longtemps !







LA MAIN VERTE

La Main Verte : La fraîcheur en bas de chez vous !

Six ans se sont écoulés depuis l'ouverture du premier magasin *La Main Verte*, rue de la Glacière. Depuis, l'aventure s'est poursuivie avec six autres boutiques, dont la dernière, avenue d'Italie, cet été ! Une belle réussite pour Cyril, fier d'avoir développé un réseau indépendant qui privilégie les achats en direct auprès des producteurs. Un circuit court qui garantit des produits d'une grande fraîcheur avec un excellent rapport qualité-prix : *« Je souhaitais proposer un nouveau concept, un peu différent de ce que proposaient les grandes enseignes bio. Des fruits et légumes bio, de saison, avec des produits bruts, en vrac, en priorisant les produits frais grâce au direct producteurs, et un très bon rapport qualité-prix. »*

Une consommation plus responsable

Cyril met un point d'honneur sur le zéro déchet : *« Nous vendons des vins, bières et jus, 100 % consignés. Nous recyclons énormément et les clients jouent le jeu, avec 70 % de retours des consignes. Les habitants sont très contents car il y avait un manque de ce type de boutique alternative dans le quartier. Ce renouveau plaît beaucoup à la clientèle ! »*.
Fidèle au 13e, Cyril prévoit l'ouverture prochaine de *La Laiterie*, son autre concept spécialisé dans les fromages et la charcuterie : *« Je suis d'origine bretonne, mais j'aime beaucoup la montagne et j'ai toujours apprécié l'ambiance des coopératives laitières »*, précise-t-il. Rendez-vous en 2027, au 15 rue Vandrezanne : la saison des raclettes n'a qu'à bien se tenir !

La Main Verte – 44 avenue d'Italie









MAISON CLAIRE

Maison Claire : la nouvelle boulangerie avenue de France

Les plus gourmands du quartier vont se précipiter au numéro 79 de l'avenue de France, chez Maison Claire, qui a de quoi séduire avec sa large gamme de pâtisseries. Le quartier manquait de ce type de commerce et la providence a fait le reste : *« les habitants sont très contents et n'hésitent pas à tester nos différents produits »*, explique Najmeddine Achach, artisan boulanger-pâtissier passionné, porteur de ce projet de chaîne de boulangeries, dont *Maison Claire* est la première pierre. Formé auprès de nombreux pâtissiers, Najmeddine a appris les recettes afin de mieux laisser courir sa créativité.

L'artisanat au cœur de la maison

Pains tradition et spéciaux, baguettes, viennoiseries et pâtisseries : ici, tout est fait maison et fabriqué sur place. Vous y trouverez les classiques incontournables tartelettes, forêt noire, opéra, ainsi que les nombreuses créations de Najmeddine : *« Je propose des mousses revisitées comme la Royal Rocher (mousse au chocolat, praliné noisette, et rocher noisette), et aussi des mousses cheesy citron, pistache, ou Kinder Bueno »*.
Pour les amateurs dans l'air du temps, le fonkie, mi-fondant, mi-cookie, devrait faire des heureux. Et pour ceux qui veulent épater les collègues ou faire des jaloux, commandez vite le croissant géant, à partager à sept !
Ouvert en continu, *Maison Claire* propose également des snackings et plats du jour le midi, avec des formules alléchantes.
Si vous ne savez pas choisir, on ne vous en tiendra pas rigueur !

Maison Claire – 79 avenue de France





MC ÔMAMIE

MC ÔMAMIE : Le goût des bons petits plats maison !

C'est avec son mari chef-cuisinier que Christine Lam partage sa passion de la cuisine depuis quelques décennies. Après vingt ans passés à reprendre le flambeau de sa maman et de sa tante au Pavillon Céleste à Charenton-le-Pont, Christine a choisi le 13e pour continuer à transmettre les douces saveurs de l'Asie. C'est par le plus grand des hasards, mais à la suite d'un vrai coup de cœur, que le couple déniche sa nouvelle adresse, en se promenant rue Domrémy.
Une déco sobre et contemporaine, qui contraste joliment avec une cuisine chinoise mijotée à partir de recettes traditionnelles, comme chez nos grands-mères !

Une cuisine familiale et savoureuse

La cuisine de MC ÔMAMIE s'inscrit à la croisée des influences chinoises, vietnamiennes, thaïlandaises et hongkongaises : *« Je souhaite partager la cuisine de nos mamans, des recettes savoureuses et mijotées pendant plusieurs heures. Les clients comptent beaucoup pour moi : ils sont ma deuxième famille ! »*, souligne Christine.
Gambas à la sauce yuzu, filets de bar à la vapeur sauce tamarin ou encore bœuf au curry massaman mijoté pendant trois heures sauront vous réconforter pour les mois d'hiver à venir ! *« Notre curry est fait maison, avec des légumes, et la viande est grillée et mijotée jusqu'à devenir ultra fondante »*, poursuit Christine.
Pour le dessert, un délicieux flan thaï à l'extrait de feuilles de pandan, aux notes vanillées, saura lui aussi vous ravir.
Une cuisine préparée avec amour, comme à la maison !

MC ÔMAMIE – 30 rue Domrémy







« Bien vivre ensemble pour mieux vieillir » : GÉNÉRATIONS 13 fête ses 20 ans… et un nouvel espace d'activités !

La devise de l'association *Générations 13* n'a pas pris une ride. Avec près de 700 adhérents et neuf thématiques au programme, l'activité bat son plein ! La célébration anniversaire s'est déroulée le 15 octobre dernier, autour d'animations placées sous le signe du lien social et du bien-vivre ensemble. Une exposition des œuvres des adhérents (aquarelles, dessins) et un atelier d'écriture consacré au thème « Vieillir et se souvenir » ont animé la journée. Une belle occasion de faire la fête et d'inaugurer les nouveaux locaux situés au 11 rue Caillaux.
En effet, cette association dynamique, située bien des années rue Vandrezanne était menacée d'expulsion. Le Maire du 13e s'est mobilisé pour leur trouver de nouveaux locaux. Après plusieurs hypothèses, Générations 13 a finalement « hérité » des anciens locaux de la Maison de la Vie Associative et Citoyenne qui a déménagé 31 rue Bobillot. Générations 13 n'y a pas perdu au change en emménageant dans ces locaux plus spacieux et mieux organisés.

UNE HISTOIRE DE LIEN ET DE SOLIDARITÉ

Si *Générations 13* fête ses 20 ans, ses origines remontent aux années 1960 : « *Trois médecins psychiatres se préoccupaient du vieillissement de la population et avaient compris que cette question dépassait le seul cadre médical. En 1980, le Dr Guillet crée l'association de gérontologie du 13e, convaincu de l'importance des lieux de convivialité pour préserver le lien social et lutter contre la perte d'estime de soi. En 2006, le flambeau est repris avec la création de Générations 13* », rappelle Anita Tostivint, présidente de l'association depuis 2022.

RESTER ACTEUR DANS LA CITÉ

Arrêt de la vie active, éloignement des enfants, veuvage…autant de facteurs qui peuvent conduire à l'isolement avec l'âge. Avec 76 activités portées par 71 bénévoles, Générations 13 accompagne le bien-vieillir grâce à une offre variée et des actions de prévention. « *Nous proposons des lieux de convivialité autour de neuf catégories d'activités : créatives, culturelles, ludiques, physiques, bien-être et prévention. Nous sommes en partenariat avec d'autres associations comme Jardin Infuz, Les Etincelles, ou le Théâtre de Nesle. Enfin, un espace numérique et un service d'écrivain public sont ouverts à tous* », poursuit la présidente.
Sorties au cinéma, activités physiques, moments de partage et entraide : autant d'occasions de rompre la solitude et de reprendre confiance en soi. Car rester actif et garder du lien avec les autres contribuent au bien-être physique et mental de chacun. Preuve en est : la doyenne de l'association fêtera prochainement ses cent ans. Une belle longévité que l'on souhaite aussi à l'association !

GÉNÉRATIONS 13
11-13 rue Caillaux
01 45 80 50 79 /www.generations13.org

Le 13e est à vous - Groupe Socialiste, Place Publique et apparentés

Alors que la misère sociale atteint un niveau historique en France avec près de 10 millions de personnes sous le seuil de pauvreté, le Gouvernement a décidé en juillet 2026 de réduire massivement les subventions aux structures d'accueil des personnes en difficulté.
Cette mesure, dénoncée par la Fédération des Acteurs de la Solidarité, menace près de 10.000 places d'hébergement d'urgence, en particulier à Paris, qui relèvent directement de la responsabilité de l'Etat. Avec l'éducation, la santé, les pompiers et bien d'autres secteurs, c'est l'ensemble des services publics et de solidarité qui est sacrifié par une politique soutenue par la droite et l'extrême droite.
Face à cela, la Mairie de Paris a dû mobiliser plusieurs dizaines de millions d'euros pour faire face aux situations de détresse et éviter des conséquences dramatiques. Encore une fois, ce sont les collectivités locales qui doivent gérer les conséquences de ces décisions iniques et s'engager pour préserver le cadre de la vie quotidienne des habitants.

Bérangère AÏCHOUN-BAPTISTE, Stéphane FERRIER

Groupe écologiste et social Paris 13e

Ces dernières semaines, nous avons assisté à une mobilisation historique de la jeunesse lycéenne et étudiante à Paris et partout en France.
Leurs revendications ? Des professeurs devant chaque classe, la liberté de poursuivre les études de leur choix sans le couperet de Parcoursup, des perspectives d'emploi, un accès à la santé dans un monde vivable. Face à la lucidité et à la justesse de leurs revendications, le groupe écologiste exprime toute sa solidarité avec cette jeunesse trop souvent ignorée. Dans cette période, soyez assurés que nous sommes à votre écoute. C'était l'esprit de l'événement « bienvenue à Paris » organisé à l'hôtel de ville par Melody Tonolli adjointe au maire de Paris écologiste en charge de la vie étudiante : ouvrir grand les bras à tous les étudiant.es d'où qu'ils viennent, les écouter et recueillir leurs inquiétudes. Face aux tentatives de restreindre la parole des jeunes au mépris même des libertés fondamentales, les écologistes continueront à défendre un projet d'émancipation pour toutes et tous !

Le Groupe Écologiste et Social Paris 13e

« Vivre dignement, une revendication 200 % légitime »

Depuis des années, les écoles, les hôpitaux, le pouvoir d'achat ne cessent de se dégrader du fait de la politique austéritaire de la droite, avec la complicité de l'extrême-droite.
Le 17 octobre, une marée humaine a défilé pacifiquement à Paris pour avoir les moyens de vivre dignement. Leurs revendications sont plus que légitimes. Mais le 17 octobre, des commerces et des institutions publiques, notamment des mairies, ont été saccagés. Nous condamnons ces violences et apportons notre soutien aux victimes. Un commerce saccagé fait la une. Un commerce qui ferme étranglé par ses dettes, disparaît dans l'indifférence. Et les lycéens et les étudiants mobilisés ? Leurs revendications pour une école et une université avec des moyens, et pour un avenir digne restent sans réponse à la hauteur des enjeux. Le gouvernement doit entendre cette colère plutôt que miser sur la répression, la dérive autoritaire et l'austérité. Élu-es communistes du 13e, nous défendons la jeunesse, les services publics et les commerces de proximité.

Jean-Noël AQUA, Vincent BOULET, Alexandre COURBAN, Agathe GAUTHERON et Rym KARAOUN GOUEZOU

Groupe LFI 13e - Nouveau Paris Populaire

Habitantes et habitants du 13e, en six mois, notre groupe d'opposition de gauche de rupture a choisi d'agir, de proposer et de rendre des comptes.
Nous avons arraché des avancées sur le soutien à Solidaya, la défense des Frigos, la reconnaissance du peuple palestinien et la vigilance sanitaire autour de l'incinérateur d'Ivry-Paris XIII. Nous avons aussi porté le maintien du centre des finances publiques de Tolbiac, l'adaptation thermique des écoles et des logements sociaux, le renforcement du Samusocial, la protection des locataires et davantage de démocratie locale. Certaines de ces propositions ont été refusées par la majorité. Nous continuerons à vous défendre, à exercer un contrôle attentif sur les décisions de la mairie et à porter, au Conseil d'arrondissement, vos attentes et revendications. Notre engagement restera le même : être présents, rendre compte de nos votes et de nos propositions, et faire entendre votre voix tout au long du mandat.

Raphaël QNOUCH président du groupe LFI-NPP 13e



Les prochains Conseils d'arrondissements se réuniront les lundi 7 décembre 2026, 1er mars, 10 mai et 21 juin 2027.

Les prochains Conseils de Paris se réuniront les 17, 18, 19 et 20 novembre, les 15, 16, 17 et 18 décembre 2026, les 9, 10, 11 et 12 mars, les 18, 19, 20 et 21 mai, les 29, 30 juin et les 1er et 2 juillet 2027.

Directeur de la publication : Eric Dumas | **Rédacteur en chef :** Benjamin Rataud | **Conception et réalisation :** DagOba | **Rédaction :** Benjamin Rataud, Brigitte Jaron, François Goyet, Antoine Lefebvre | **Illustrations :** Naute | **Photos :** Direction de la communication | **Impression :** Groupe Morault
La rédaction remercie toutes celles et tous ceux qui ont contribué à la réalisation de ce numéro du journal du 13e arrondissement
Site de la Mairie du 13e : www.mairie13.paris.fr
Paris Treize | @mairiedu13 | @mairie13paris

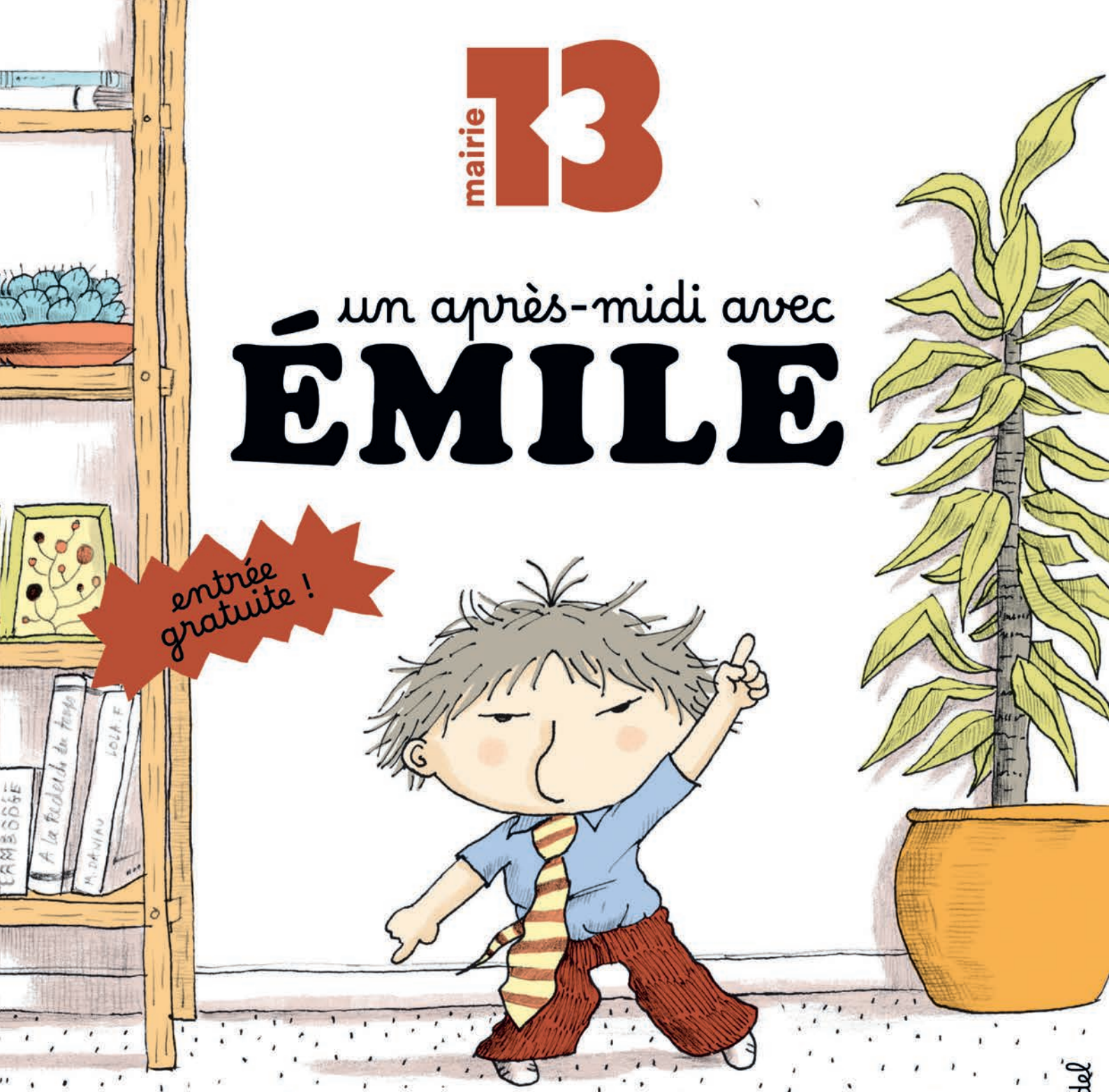
Groupe 13 à cœur

La Région est pleinement engagée pour soutenir la jeunesse !
Cadre de travail, équipement, sécurité, santé, sport, stages, la Région sous l'impulsion de Valérie Pécresse, est pleinement engagée pour soutenir les jeunes. Ils sont notre avenir.
Depuis 2016, un plan de 6,6 milliards d'euros a permis de rénover 2/3 des 468 lycées, dont 49 construits ou rénovés. Dans le 13e, Gabriel Fauré a bénéficié d'une rénovation de plus de 24 m d'euros et Ponticelli va devenir une école régionale du numérique.
La Région soutient les familles : repas à 0,20 €, ordinateur et manuels numériques offerts à l'entrée en 2nde, et jusqu'à 300 € d'aides via l'application LABAZ, dont 100 € sur le pass imagine R.
Enfin, la sécurité est une priorité : boutons d'appel, caméras de surveillance et brigade régionale de sécurité mobilisée à la demande.

Jean-Baptiste OLIVIER, Habib SHOUKRY, Martine OLLIE

mairie 13

un après-midi avec ÉMILE



entrée gratuite !

samedi 5 décembre

14h30 - 17h30 à la Mairie du 13e

en présence de Vincent Cuvellier

illustration de Ronan Badel

Mairie du 13e - 1 place d'Italie - 75013 Paris - 01 44 08 13 13 - www.mairie13.paris.fr

Paris Treize @mairiedu13 @mairie13paris