

CLUB	Date	Horaire	Thème
MALAR	Lundi 3	13h30-17h	 <p>Rencontre intergénérationnelle Péniche ROSA BONHEUR Quai de Grenelle</p>
MALAR	Mercredi 5	14h30-16h	 <p>Conférence « sur les surréalistes » ARTORA</p>
MALAR	Lundi 10	14h-16h	 <p>Atelier intelligence artificielle avec Kocoya</p>
MALAR	Mardi 11	14h-16h	 <p>Cercle de lecture</p>
MALAR	Mercredi 12	14h30-16h	 <p>Jeux sur le carnaval avec école maternelle</p>
MALAR	Mardi 18	14h30-16h	 <p>Cercle de cinéma</p>
MALAR	Mercredi 19	14h30-16h	 <p>Loto</p>

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



Se divertir | Apprendre | Se rencontrer

#### Activités physiques



sur inscription

	CLUBS	JOUR et horaires
Danse	LAURISTON	Vendredi 14h-17h (Dernier vendredi du mois)
Gymnastique	MALAR	Lundi 9h30-11h30 & Mercredi 9h30-12h
Gymnastique	MOZART	Vendredi 14h-17h30
Relaxation	LAURISTON	Vendredi 10h-12h
Sophrologie	MALAR LAURISTON	Vendredi 10h-12h Vendredi 10h-12h
Danse	MOZART	Mercredi 14h-16h

#### Activités multimédia



sur inscription

	CLUBS	JOUR et horaires
Cours informatique	LAURISTON	Mardi 10h-12h
Atelier numérique	MALAR	Lundi 14h-16h (1 fois/mois)

#### Activités culturelles



sur inscription

	CLUBS	JOUR et horaires
Anglais	LAURISTON	Jeudi 10h-12h
Atelier Philosophique	LAURISTON	Jeudi 10h30-12h (tous les 15 jours)
Promenades culturelles & historiques	MALAR MOZART LAURISTON	Vendredi 13h30-17h Lundi 13h30-17h30 (Date fixée en fonction du programme)
Cercle de lecture	MALAR	Mardi 14h30-16h (1 fois/mois)
Cercle cinéma	MALAR	Mardi 14h30-16h (1 fois/mois)
Cours de guitare	LAURISTON	Lundi 14h-16h (niveau intermédiaire)
Théâtre	LAURISTON	Jeudi 14h30-17h

#### Jeux de société



nouveau

	CLUBS	JOUR et horaires
Belote	MOZART	Lundi au vendredi 14h-17h
Jeux de société	MOZART	Lundi au vendredi 14h-17h
Bridge	MOZART	Lundi au vendredi 14h-17h
Jeux de société	MALAR	Lundi 13h30-17h30

#### Activités prévention santé



nouveau

	CLUBS	JOUR et horaires
Programmation à venir		

#### Activités manuelles



sur inscription

	CLUBS	JOUR et horaires
Tricot	MALAR	Vendredi 14h-16h
Atelier Arts plastiques	MALAR	Lundi 10h-12h30 Mercredi 10h-12h30 & jeudi 10h-13h Jeudi 14h-17h & vendredi 14h-17h
Atelier créatif	LAURISTON	Vendredi 14h-16h (1 fois par mois)
Peinture	MOZART	Mardi & jeudi 14h-17h
Aquarelle	LAURISTON	Mercredi (2 fois/mois)
Couture & Broderie	MALAR LAURISTON	Vendredi 14h-16h Mardi 14h-16h
Quilling	MALAR	Mardi 14h-16h
Broderie	LAURISTON	Mercredi 14h30-16h

#### Club MALAR

88 Bis rue Saint Dominique  
75007 PARIS  
Tél 01 45 50 46 11  
[DSOL-Clubs-Paris07@paris.fr](mailto:DSOL-Clubs-Paris07@paris.fr)  
Métro La Tour Maubourg (Ligne 8),  
Les Invalides (Ligne 13)



#### Club LAURISTON

78 rue Lauriston  
75016 PARIS  
Tél 01 45 53 71 84  
[DSOL-Clubs-Paris16@paris.fr](mailto:DSOL-Clubs-Paris16@paris.fr)  
Métro Boissière (Ligne 6),  
Victor Hugo (Ligne 2)

#### Club MOZART

3 rue Serge Prokofiev  
72016 PARIS  
Tél 01 45 24 26 17  
[DSOL-Clubs-Paris16@paris.fr](mailto:DSOL-Clubs-Paris16@paris.fr)  
Métro Ranelagh (Ligne 9)

