


CLUB	Date	Horaire	Thème
Mozart	Mercredi 5	14h30-16h	Conférence sur New York 
Lauriston	Jeudi 6 et 20	10h30-12h	Philosophie 
Lauriston	Mercredi 12 et mercredi 19	14h-16h	Aquarelle 
Lauriston	Vendredi 14	14h-16h	Atelier créatif 
Mozart	Vendredi 21	13h30-17h	Sortie Jardin du Luxembourg 
Lauriston	Lundi 24	13h30-17h	Sortie dans le marais avec Citygem 
Lauriston	Vendredi 28	14h-17h	Animation musicale 

**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	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	MOZART LAURISTON	Mardi 10h-12h Jeudi 10h-12h
Atelier Philosophique	LAURISTON	Jeudi 10h30-12h (tous les 15 jours)
Promenades culturelles & historiques	MALAR MOZART LAURISTON	Mercredi 13h30-17h Vendredi 13h30-17h30 Lundi 13h30 -17h
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



	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



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 14h-16h (2 fois/mois)
Couture & Broderie	MALAR	Vendredi 14h-16h
Quilling	MALAR	Mardi 14h-16h
Couture	LAURISTON	Mardi 14h-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)

