

CLUB	Date	Horaire	Thème
Malar	Mercredi 5	14h30-16h	Conférence « les couleurs et leur symbolique dans l'art »
Malar	Jeudi 6	14h30-16h30	Cercle de lecture
Malar	Lundi 10	14h-16h	Rencontre sur la péniche Rosa Bonheur pour une initiation au bridge
Malar	Mercredi 12	14h30-16h	Café culturel sur « Suzanne Valadon »
Malar	Lundi 17	14h-16h	Atelier numérique avec Kocoya
Malar	Jeudi 20	14h30-16h	Cercle de cinéma
Malar	Mercredi 26	14h30-16h30	Conférence sécurité avec le commissariat du 7 ^{ème}

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	MOZART LAURISTON	Mardi 10h-12h Jeudi 10h-12h
Atelier Philosophique	LAURISTON	Jeudi 10h30-12h (tous les 15 jours)
Promenades culturelles & historiques	MALAR MOZART LAURISTON	Lundi 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 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
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
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
Métro Ranelagh (Ligne 9)

