

Club	Date	Horaire	Thème
Lauriston	Vendredi 15	14h30-16h	Conférence sur ANDY WARHOL avec ARTORA
Lauriston	Mercredi 20	14h- 16h30	Conférence sur la prévention et la sécurité avec le commissariat du 16 <sup>ème</sup>
Mozart	Jeudi 21	14h30-16h	Conférence les artistes peintres de l'époque de Montparnasse
Malar	Vendredi 22	13h30-17h30	Conférence sur la gestion du stress avec le docteur MALOUBIER
Malar	Jeudi 28	15h30-18h	Exposition arts plastiques à la MVAC du 7 <sup>ème</sup>
Lauriston	Vendredi 29	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	Jours 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
Danse	LAURISTON	Mercredi 14h-16h et Mardi 10h30-11h30

#### Jeux de société



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

#### Activités multimédia



sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Cours informatique	MOZART	Mercredi 10h-12h
Atelier numérique	MALAR	Lundi 14h-16h (1 fois/mois)

#### Activités prévention santé



sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Atelier Equilibre en mouvement	MOZART	Vendredi 11h-12h

#### Activités culturelles



sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Anglais	MOZART LAURISTON	Mardi 10h-11h 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 mémoire	MALAR	Mardi ou Jeudi 14-16h (2fois/mois)

#### 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 atelier libre	MOZART	Mardi & jeudi 14h30-17h
Aquarelle	LAURISTON	Mercredi 14h-16h (2 fois/mois)
Couture & Broderie	MALAR	Vendredi 14h-16h
Quilling	MALAR	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)

