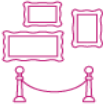


CLUB	Date	Horair e	Thème
T des Dames	Mercredi 01/07	10h	 Expo collective d'aquarelles Thème: « Animal » Horaires: 10h-12h/14h-17h (Entrée libre juillet/août)
Maréchaux	Jeudi 02/07	14h	 Thé-café-philo « Socrate, vivre les crises » sur inscription
Maréchaux	Mardi 07/07	14h	 Loto troc sur inscription
Maréchaux	Jeudi 09/07	14h	 Conférence par ARTORA « Paul Cézanne » sur inscription
Maréchaux	Mardi 28/07	10h	 Sortie Quartier de la Butte aux cailles (Paris 13 ^e) sur inscription
Maréchaux Hors murs	Jeudi 30/07	10h	 Sortie Fluctuart-centre d'art urbain sur la Seine à Paris (Paris 7 ^e)
Maréchaux	Mercredi 19/08	10h	 Visite du jardin des serres d'Auteuil (Paris 16 ^e) sur inscription
Maréchaux	Jeudi 20/08	10h	 Visite du jardin japonais d'Ichikawa (92130 Issy-les- Moulineaux) sur inscription
Maréchaux	Jeudi 27/08	14h	 Atelier d'écriture

Modalités d'inscription

Les clubs sont ouverts aux parisien.nes, préretraité.es et retraité.es 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
Gym	T des Dames	Mardi 10h30-11h30		
Gym	Maréchaux	Vendredi 9h45h-10h45		
Danse en ligne	Maréchaux	Lundi 10h30-12h30 (débutants)		
Danse en ligne	T des Dames	Mercredi 10h-12h (confirmés)		
Méthode Feldenkrais	T des Dames	Mercredi 15h15-16h15 (29/07 et 26/08)		

Activités multimédia				sur inscription
			CLUBS	Jours et horaires
Conseiller numérique	Maréchaux	Mardi 10h-12h30 Mercredi 10h-12h & 14h-17h		
Conseiller numérique	T des Dames	Lundi 10h-12h & 14h-17h Mardi 14h-17h		
Aide Informatique	T des Dames	Mercredi 10h-12h		

Activités culturelles				sur inscription
			CLUBS	Jours et horaires
Conversation en espagnol	Maréchaux	Lundi 10h-11h30		
Chant	Maréchaux	Mardi 14h-16h30		
Photo numérique	Maréchaux	Jeudi 14h-17h		
Karaoké	Maréchaux	Vendredi 13h30-17h		
Discussion Philosophique	T des Dames	Vendredi 15h30-16h30		
Causerie Littéraire	T des Dames	Mardi 14h-17h		
Cours d'Anglais	T des Dames	Jeudi 13h30-15h		
Cours d'Espagnol	T des Dames	Jeudi 15h-17h		

Jeux de société				sur inscription
			CLUBS	Jours et horaires
Bridge	Maréchaux	Lundi & Jeudi 13h30-17h		
Echecs	Maréchaux	Mardi 13h30-17h		
Scrabble duplicate	Maréchaux	Vendredi 14h-17h		
Jeux de cartes	T des Dames	Lundi-Vendredi 13h30-17h		
Echecs	T des Dames	Mardi & jeudi 14h-17h		
Scrabble	T des Dames	Jeudi 14h-17h		
Billard	Maréchaux	Lundi - Vendredi 9h30-12h30		

Activités prévention santé				sur inscription
			CLUBS	Jours et horaires
Qi Gong	Maréchaux	Mercredi 10h-11h & 11h15-12h15 (arrêt en juillet et août)		
Sophrologie	Maréchaux	Jeudi 10h-11h & 11h15-12h15 (arrêt en juillet et août)		
Biodanza	T des Dames	Mercredi 13h30-15h (29/07 et 26/08)		

Activités manuelles				
			CLUBS	Jours et horaires
Mosaïque	Maréchaux	Lundi 14h-17h		
Peinture/Dessin	Maréchaux	Mercredi 14h-17h Vendredi 11h-12h30		
Tricot/Bijoux	Maréchaux	Vendredi 14h-17h		
Aquarelle	T des Dames	Lundi & vendredi 14h-16h		
Peinture sur verre	T des Dames	Mercredi 14h (08/07 et 26/08)		

Club Maréchaux
15, rue Richer
Tél 01 48 24 02 44
Dsol-Clubs-Paris09@paris.fr
Bus 26, 32, 20, 39, 43, 45, 74, 85
Métro Cadet, Bonne Nouvelle,
Grands Boulevards

Club Tour des Dames
8-12, rue de la Tour des Dames
Tél 01 48 74 75 10
Dsol-Clubs-Paris09@paris.fr
Bus 21, 26, 43, 68
Métro Trinité d'Estienne d'Orves