



CLUB	Date	Horaire	Thème
St Ange	Lundi 3	14h30	Prendre soin de son cœur 
Saussure	Jeudi 6	10h30	Atelier numérique 
Beaucour	Mardi 11	14h30	Théâtre, représentation de la troupe du club des Ternes « scénettes »
St Ange	Mardi 11	14h30	Théâtre, représentation de la troupe du club Mouffetard « Tchekov »
Saussure	Mercredi 12	14h30	Chorale du club des Ternes
Ternes	Mercredi 12	14h30	Conférence « le Carnaval Brésilien »
Beaucour	Vendredi 14	10h	Massages des mains
Beaucour	Vendredi 14	14h30	Conférence « Voyage autour du chocolat »
St Ange	Mardi 18	14h30	Moréas/st Ange Karaoke inter-réseaux
Moréas	Mardi 18	14h30	Conférence « Histoire du Parfum »
Ternes	Jeudi 20	14h30	Théâtre, représentation de la troupe des Ternes
St Ange	Vendredi 21	10h	Visite des serres d'Auteuil
Saussure	Mardi 25	14h30	Théâtre, représentation de la troupe des Ternes
Moréas	Mardi 25	14h	Sortie « Les coulisses du métro »

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
Gym sur chaise	St Ange	Mardi 14h30-15h30
Gym douce	Ternes	Lundi 11h-12h
Danse en ligne	Moréas	Mercredi 10h-11h
Danse en ligne	St Ange	Jeudi 14h-17h
Marche nordique	Moréas	Mardi 14h-15h
Bouge tes bras	Ternes	Vendredi 11h-12h

#### Activités multimédia



sur inscription

	CLUBS	JOUR et horaires
Atelier numérique	Ternes	Mardi 14h-16h (2 fois/mois)
Bien sur internet	Saussure	Jeudi 10h30-12h30
Bien sur internet	Moréas	Vendredi 14h30-16h30

#### Activités culturelles



sur inscription

	CLUBS	JOUR et horaires
Anglais	St Ange	Mardi 10h30-12h
Anglais	Beaucour	Mardi 10h-11h & 11h-12h
Anglais	Ternes	Mercredi 11h15-12h15
Anglais	Moréas	Mercredi 11h-12h
Italien	St Ange	Jeudi 10h-12h
Poésie	Beaucour	Mardi 14h-16h
Poésie	St Ange	Mardi 14h-17h
Ecriture/Philo	Moréas	Mardi 14h-16h
Chorale	Ternes	Mercredi 14h30-17h
Chants	St Ange	Mercredi 14h30-17h
Théâtre	Saussure	Lundi 10h-12h
Théâtre	Ternes	Mardi 10h-12h
Théâtre	Moréas	Vendredi 10h-12h
Théâtre d'improvisation	St Ange	Mardi 15h45-17h

#### Jeux de société



sur inscription

	CLUBS	JOUR et horaires
Cartes/Scrabble	Saussure	Lundi et mardi 14h-17h
Bridge	Ternes	Lundi et vendredi 14h-17h
Jeux divers	Beaucour	Mardi et vendredi 14h-17h

#### Activités prévention santé



	CLUBS	JOUR et horaires
Mémoire	Beaucour	Lundi, mercredi, jeudi, vendredi 10h-12h
Mémoire	Ternes	Mardi 14h-16h
Mémoire	St Ange	Mardi 14h30-16h, Mercredi et vendredi 10h30-11h30
Mémoire	Saussure	Vendredi 10h30-12h
Mémoire	Moréas	Lundi 10h-11h, jeudi 14h-15h
Café positif	Moréas	Mardi 10h30-12h
Sophrologie	Ternes	Mercredi 9h45-10h45

#### Activités manuelles



	CLUBS	JOUR et horaires
Dessin/peinture	St Ange	Lundi 10h-12h30 et 14h -16h30
Dessin/peinture	Ternes	Jeudi 10h - 12h30
Dessin/peinture	Moréas	Jeudi 14h - 17h30
Dessin/peinture	Beaucour	Jeudi et vendredi 13h30 - 17h00
Dessin/peinture	Saussure	Vendredi 14h00 - 17h00
Mosaïques	St Ange	Mardi et jeudi 14h - 17h
Couture	St Ange	Mercredi 10h - 12h
Couture	Moréas	Jeudi 10h30 - 12h00 vendredi 14h30 - 16h30
Restauration de tableaux	St Ange	Mercredi 14h30 - 16h30
Peinture sur porcelaine	Saussure	Mercredi 10h - 12h30
Carterie	Saussure	Mercredi 14h00 - 17h
Cartonnage	Saussure	Jeudi 14h00 - 17h
Bijoux	St Ange	Mercredi 14h30 - 17h00
Bijoux	Ternes	Vendredi 14h - 16h

#### Club Ternes

28, rue Bayen  
Paris 75017  
Tél 01 43 80 99 07  
[Dsol-Clubs-Paris17@paris.fr](mailto:Dsol-Clubs-Paris17@paris.fr)  
Bus 43 / Métro Ternes



#### Club Moréas

12, rue Jean Moréas  
Paris 75017  
Tél 01 47 64 75 24  
[Dsol-Clubs-Paris17@paris.fr](mailto:Dsol-Clubs-Paris17@paris.fr)  
Bus 84, 92, 39, 163, 164, 165, PC  
Métro Porte de Champerret



#### Club St Ange

5, Villa St Ange  
Paris 75017  
Tél 01 42 29 57 65  
[Dsol-Clubs-Paris17@paris.fr](mailto:Dsol-Clubs-Paris17@paris.fr)  
Tram / Métro Porte de St Ouen



#### Club Saussure

129 rue de Saussure  
Paris 75017  
Tél 01 42 27 84 88  
[Dsol-Clubs-Paris17@paris.fr](mailto:Dsol-Clubs-Paris17@paris.fr)  
Tram: Marguerite Long  
Métro Pont Cardinet



#### Club Beaucour

3, avenue Beaucour  
Paris 75008  
Tél 01 42 25 33 19  
[Dsol-Clubs-Paris8@paris.fr](mailto:Dsol-Clubs-Paris8@paris.fr)  
Bus 43, Métro Ternes



**Semaine Vigilance sur les arnaques faites aux séniors du 03 au 07 février**



**Intervention de la police municipale dans les clubs seniors**

**Dates des conférences :**

- **Beaucour :** Lundi 3 février à 14h30
- **Ternes :** Mardi 4 février à 10h30
- **Moréas :** Mercredi 5 février à 14h30
- **Saussure :** Jeudi 6 février à 14h30
- **Saint-Ange :** Vendredi 7 février à 14h30