

CLUB	Date	Horaire	Thème	sur inscription
St Ange	Mardi 2	14h		Visite guidée de la Maison de Victor Hugo
Ternes	Mardi 7	14h30		La troupe des « Z'impros » de Beaucour
Beaucour	Mercredi 8	10h-17h		Forum séniors à la Mairie du 8 ^e
St Ange	Mercredi 8	14h30		Spectacle intergénérationnel « Les sortilèges de Baba Yaga »
Saussure	Mercredi 8	14h30		Conférence « Histoire de la Rose »
Moréas	Mercredi 8	14h30		Chorale du club des Ternes
St Ange	Jeudi 9	14h		Café-Philo « Carl Jung »
Beaucour	Jeudi 9	14h30		Enquête policière interactive
Moréas	Vendredi 10	14h		Grand Quizz au club de la Grange aux belles (10 ^e)
Saussure	Lundi 13	14h30		Spectacle « Histoire dansée des bals Musette »
Beaucour	Lundi 13	14h30		Grande dictée
Moréas	Mardi 14	14h30		Conférence « Frida Khalo »
Moréas	Mardi 21	14h30		Théâtre « la Troupe Moréas fait son show »
Saussure	Mardi 21	14h		Loto
Ternes	Jeudi 23	14h30		L'orgue de Barbarie par les chansons françaises
Beaucour	Vendredi 24	14h30		Conférence « le Music-Hall et les années folles »
Moréas	Mardi 28	14h30		Atelier danse Irlandaise et Ecossaise
Ternes	Jeudi 30	14h30		Atelier danse Tzigane

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



Autonomie

Octobre 2025

Activités physiques



sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Pilates	Beaucour	Lundi 10h-11h
Equilibre	Ternes	Lundi 10h-11h
Plus de pas	St Ange	Jeudi 10h30-11h30
Gym adaptée	Saussure	Vendredi 10h00-11h00
Marche douce	Ternes	Jeudi 10h30-12h
Danse en ligne	Moréas	Mercredi 10h-11h
Badminton	Moréas	Jeudi 10h30-11h30
Danse en ligne	St Ange	Jeudi 14h30-16h30
Danse en ligne	Ternes	Jeudi 14h30-16h30 (2 fois/mois)
Bouge tes bras	Ternes	Vendredi 11h-12h

Activités multimédia



	CLUBS	Jours et horaires
Bien sur internet	St Ange	Lundi 14h30
E séniors	Moréas	Lundi 14h30-16h30
Atelier numérique	Ternes	14h-16h

Activités culturelles



sur inscription

	CLUBS	Jours 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	Vendredi 14h-17h
Ecriture/Philo	Moréas	Lundi 14h-16h
Slam	Beaucour	Jeudi 10h30-12h00
Chorale	Ternes	Mercredi 14h30-17h
Chants	St Ange	Mercredi 15h-17h
Théâtre	Saussure	Lundi 10h-12h
Théâtre	Ternes	Mardi 10h-12h
Théâtre	Moréas	Vendredi 10h30-12h

Jeux de société



sur inscription

	CLUBS	Jours 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



sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Mémoire	Beaucour	Lundi, mercredi, jeudi, vendredi 10h-12h
Mémoire	Ternes	Mardi 14h-16h (2 fois/mois)
Mémoire	St Ange	Mardi 14h30-16h, Mercredi et vendredi 10h30-11h30
Mémoire	Moréas	Lundi 10h-11h, jeudi 14h-15h
Café positif	Moréas	Mardi 10h30-12h
Sophrologie	Ternes	Mercredi 10h-11h
Atelier sommeil	Ternes	Jeudi 10h-12h
La douleur	Moréas	Vendredi 10h-12h
Relaxation	St Ange	Jeudi 10h30-11h30
Bien dans son assiette	Saussure	Jeudi 10h30-12h30

Activités manuelles



sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Dessin/peinture	St Ange	Lundi 10h-12h30 et 14h -16h30
Dessin/peinture	Ternes	Jeudi 9h - 12h00
Dessin/peinture	Moréas	Jeudi 14h - 17h30
Dessin/peinture	Beaucour	Jeudi et vendredi 13h30 - 17h
Dessin/peinture	Saussure	Vendredi 14h - 17h
Mosaïques	St Ange	Mardi et jeudi 14h - 17h
Couture	St Ange	Mercredi 10h - 12h
Couture	Moréas	Jeudi 10h30 - 12h
Loisirs créatifs	St Ange	Lundi 14h30 - 16h30
Restauration de tableaux	St Ange	Mercredi 14h - 16h30
Peinture sur porcelaine	Saussure	Mercredi 10h - 12h30
Carterie	Saussure	Mercredi 14h00 - 17h
Cartonnage	Saussure	Jeudi 14h00 - 17h
Bijoux	Ternes	Vendredi 14h - 16h

Club Beaucour

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



Club Moréas

12, rue Jean Moréas
Paris 75017
Tél 01 47 64 75 24
Dsol-Clubs-Paris8@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
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
Tram: Marguerite Long
Métro Pont Cardinet



Club Ternes

28, rue Bayen
Paris 75017
Tél 01 43 80 89 07
Dsol-Clubs-Paris8@paris.fr
Bus 43 / Métro Ternes