

CLUB	Date	Horaire	Thème	sur inscription
Saussure	Lundi 3	14h30	Théâtre « Rabats joies s'abstenir » par la troupe du Club Saussure	
St Ange	Mardi 4	14h30	Loto	
Moréas	Mardi 4	14h30	Conférence « Georges Sand »	
Ternes	Jeudi 6	14h30	Chansons françaises avec Olivier Eyt	
St Ange	Jeudi 6	11h	Visite de la tour Eiffel	
Ternes	Vendredi 7	10h30	Conférence « Claude François »	
St Ange	Vendredi 14	14h30	Bal Latino	
Beaucour	Vendredi 14	14h30	Spectacle avec Caroline Ferry	
Ternes	Lundi 17	14h30	Spectacle « Rosemarie in Paris »	
Saussure	Lundi 17	14h30	Conférence « Les Etats Unis »	
Moréas	Mardi 18	14h30	Chansons françaises avec Romane	
Moréas	Vendredi 21	14h30	Karaoké	
Beaucour	Vendredi 21	14h30	Conférence musicale	
Ternes	Lundi 24	14h30	Théâtre « l'appel du ciel » avec Caroline Ferry	
Saussure	Lundi 24	14h30	Café philo « La solitude »	
Moréas	Mardi 25	14h30	Conférence sur le peintre « El Greco »	
Ternes	Mardi 25	14h30	Théâtre de la troupe Moréas	
St Ange	Jeudi 27	15h30	Visite guidée de la Maison de Victor Hugo	
Ternes	Jeudi 27	14h30	Bal « Danse en ligne » avec Marie	

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
Pilates	Beaucour	Lundi 10h-11h
Equilibre	Ternes	Lundi 10h-11h ⁺ ⁺ nouveau
Equilibre	St Ange	Vendredi 11h15-12h15 ⁺ ⁺ nouveau
Gym adaptée	Saussure	Vendredi 10h-11h
Marche douce	Ternes	Jeudi 10h30-12h
Danse en ligne	Moréas	Mercredi 10h-11h
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
Yoga sur chaise	Beaucour	Vendredi 10h-11h ⁺ ⁺ nouveau

Activités multimédia



	CLUBS	Jours et horaires
Bien sur internet	St Ange	Lundi 14h30 ⁺ ⁺ nouveau
Séniors en forme	Saussure	Mardi 10h-12h ⁺ ⁺ nouveau
Atelier numérique	Ternes	14h-16h ⁺ ⁺ nouveau

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 10h30-12h
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 par 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	Beaucour	Jeudi 10h30-11h30
Sophrologie	Ternes	Mercredi 10h-11h
Atelier sommeil	Ternes	Jeudi 10h-12h ⁺ ⁺ nouveau
Atelier audition	St Ange	Mardi 14h30-16h ⁺ ⁺ nouveau
Relaxation	St Ange	Jeudi 10h30-11h30
Nutrition	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-12h
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 14h-17h
Cartonnage	Saussure	Jeudi 14h-17h
Bijoux	Ternes	Vendredi 14h-16h

Club Beaucour

3, avenue Beaucour
Paris 75008
Tél 01 42 25 33 19
Dsol-Clubs-Paris08@paris.fr
Bus 43,Métro Ternes

Club Moréas

12, rue Jean Moréas
Paris 75017
Tél 01 47 64 75 24
Dsol-Clubs-Paris08@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-Paris08@paris.fr
Bus 43 / Métro Ternes

