

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


Autonomie
Novembre 2025

Activités physiques

sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Pilates	Beaucour	Lundi 10h-11h
Equilibre	Ternes	Lundi 10h-11h
Equilibre	St Ange	Vendredi 11h15-12h15
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

Activités multimédia


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