








sur inscription

CLUB	Date	Horaire	Thème
Saussure	Lundi 1	14h30	 Conférence de prévention par la DPMP
St Ange	Lundi 1	14h30	 « Une œuvre en partage » présentation de l'exposition
Saussure	Jeudi 4	14h30	 Conférence « Voyage autour du chocolat »
St Ange	Jeudi 4	14h30	 Spectacle « Mambo Tango »
St Ange	Vendredi 5	14h30	 Conférence de prévention par la DPMP
St Ange	Lundi 8	14h	 Sortie au pavillon Vendôme de Clichy
St Ange	Du 8 au 12	10h/17h	 Collecte des boîtes de Noël solidaires « LesANGES de Noël »
Moréas	Mardi 9	14h30	 Spectacle « L'appel du ciel » avec Caroline Ferry
St Ange	Jeudi 11	14h30	 Visite du Marché de Noël à la Villette
Ternes	Jeudi 11	14h30	 Après-midi de Noël
St Ange	Vendredi 12	13h30	 Bal intergénérationnel avec Néosilver
Saussure	Vendredi 12	14h30	 « Une œuvre en partage » présentation de l'exposition
Ternes	Vendredi 12	10h	 Café-Philo « Le pardon »
Beaucour	Vendredi 12	14h30	 Chants de Noël avec Romane
Saussure	Lundi 15	14h30	 Spectacle « Signor Rossini »
St Ange	Mardi 16	14h30	 Spectacle de Magie
Saussure	Mardi 16	14h30	 Rencontre intergénérationnelle à la Villa Beausoleil (92)
Ternes	Jeudi 18	14h30	 Spectacle de danse en ligne
St Ange	Vendredi 19	14h30	 Bal de Noël « Tous en vert et rouge »
Saussure	Lundi 22	14h30	 Loto
St Ange	Mardi 23	14h30	 Loto intergénérationnel

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	Jours et horaires
Pilates	Beaucour Lundi 10h-11h <span>nouveau</span>
Equilibre	Ternes Lundi 10h-11h <span>nouveau</span>
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 <span>nouveau</span>

#### Activités multimédia



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

#### Activités culturelles



sur inscription

CLUBS	Jours et horaires
Anglais	St Ange Mardi 10h30-12h
Stage d'anglais	St Ange Lundi et mercredi 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
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
Sophrologie	Beaucour Jeudi 10h30-11h30
Sophrologie	Ternes Mercredi 10h-11h
Atelier audition	St Ange Mardi 14h30-16h <span>nouveau</span>
Relaxation	St Ange Jeudi 10h30-11h30 <span>nouveau</span>

#### 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](mailto: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](mailto: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](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 Ternes

28, rue Bayen  
Paris 75017  
Tél 01 43 80 89 07  
[Dsol-Clubs-Paris08@paris.fr](mailto:Dsol-Clubs-Paris08@paris.fr)  
Bus 43 / Métro Ternes

