

CLUB	Date	Horaire	Thème
Saussure	Lundi 1	14h	Café-philosophie « L'humour: peut-on rire de tout? »
Beaucour	Lundi 1	14h30	Atelier d'improvisation
Ternes	Mardi 2	14h30	Représentation de la troupe du club Château des rentier – spectacle musical « Froufrou »
Ternes	Mercredi 3	14h30	Carnaval intergénérationnel avec les écoles du quartier
St Ange	Jeudi 4	14h	Visite des expositions d'art contemporain dans le quartier- centre Bélliard et Maison bleue
Saussure	Jeudi 4	14h30	Chansons de variété avec le groupe « La Diligence » du club Maurice Chevalier
Beaucour	Jeudi 4	14h30	Conférence sur la post-ménopause à la MVAC 8
St Ange	Vendredi 5	14h30	Représentation théâtrale du club Mouffetard- Tchekov « la demande en mariage » et « L'ours »
Beaucour	Mardi 9	14h	Café-philosophie « Changer, est ce devenir un autre? »
Ternes	Mardi 9	14h30	Représentation théâtrale de la troupe des Ternes
St Ange	10 & 11	10h-16h	Exposition vente des travaux des adhérents
Clubs séniors	11 & 12	13h	Hôtel de Ville- animation musicale « Les beaux jours de Paris »
Ternes	Jeudi 11	14h30	Atelier création de fleurs en papier maché
Ternes	Vendredi 12	10h	Musicothérapie et lecture
Saussure	Vendredi 12	14h-16h	Exposition intergénérationnel inspiré de l'œuvre contemporaine de Johan Taon
Saussure	Lundi 15	9h	Visite de la tour Eiffel
Ternes	Mardi 16	10h-16h	Exposition vente des travaux des adhérents
St Ange	Mardi 16	14h	Promenade autour du Pont Neuf
St Ange	Mercredi 17	14h30	Atelier création de bijoux
Ternes	Jeudi 18	14h30	Fête de la musique avec DJ Laurent Ribaud
Saussure	Jeudi 18	14h	Atelier floral
St Ange	Vendredi 19	14h	Bal avec musiciens
Beaucour	Lundi 22	14h30	Spectacle d'impro avec la troupe du club Beaucour les « Z'improv »
St Ange	Mardi 23	10h30	Café-Philosophie « Manipulation, médias, quels enjeux pour la démocratie? »
Saussure	Mardi 23	14h30	Conférence « Guillaume Apollinaire »
Epinettes	Mardi 23	14h30	Représentation théâtrale avec les « Starlettes » troupe du club des Epinettes
St Ange	Mercredi 24	14h30	Théâtre « Les carnets de Feydeau » avec la troupe des Oies Sauvages
Beaucour	Mercredi 24	14h30	Sortie surprise selon le temps
Ternes	Jeudi 25	14h30	Spectacle de la Chorale des Ternes avec Caroline Ferry
Saussure	Jeudi 25	9h30	Visite de commerces anciens –Detou, Ultramode, Mokuba, la droguerie-75002
Beaucour	Vendredi 26	14h30	Spectacle musical «Cloclo» avec la troupe du club de Château des Rentiers
Moréas	Lundi 29	14h	Café-philosophie « Simone Weil-Les besoins de l'âme »
Ternes	Mardi 30	10h30	Conférence « Les frères Perreires » par Patrick Rollo

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	Ternes	Lundi 11h-12h
Gym douce	Ternes	Lundi 10h-11h
Ping-pong	Beaucour	Lundi 14h-16h
Gym adaptée	Saussure	Mardi 11h15-12h15 
Yoga sur chaise	St Ange	Mardi 10h30-11h30 
Plus de pas	St Ange	Mardi 10h30-12h
Danse en ligne	Moréas	Mercredi 10h-12h
Gym douce	Beaucour	Jeudi 13h30-14h30
Badminton	Moréas	Jeudi 10h30-11h30
Yoga	St Ange	Jeudi 11h-12h
Danse en ligne	St Ange	Jeudi 14h30-16h30
Danse en ligne	Ternes	Jeudi 14h30-16h30
Bouge tes bras	Ternes	Vendredi 11h-12h
Equilibre	St Ange	Vendredi 11h30-12h30
Yoga sur chaise	Beaucour	Vendredi 10h-11h

Activités multimédia  sur inscription		
	CLUBS	Jours et horaires
Atelier numérique	St Ange	Lundi 14h30 (à l'EPN Cefia)
Atelier numérique	Beaucour	Mardi 14h-16h
Atelier numérique	Moréas	Vendredi 14h30-16h30

Activités culturelles  sur inscription		
	CLUBS	Jours et horaires
Philo-écriture	Moréas	Lundi 14h
Théâtre	Saussure	Lundi 10h-12h
Théâtre d'impro	Beaucour	Lundi 14h30 (2 fois/ mois)
Anglais	St Ange	Mardi 10h30-12h
Anglais	Beaucour	Mardi 10h-11h & 11h-12h
Poésie	Beaucour	Mardi 14h30
Théâtre	Ternes	Mardi 10h-12h
Anglais	Ternes	Mercredi 11h15-12h15
Chorale	Ternes	Mercredi 14h30-17h
Chants	St Ange	Mercredi 14h30-16h30
Italien	St Ange	Jeudi 10h-12h
Théâtre	Moréas	Vendredi 10h30-12h

Jeux de société  sur inscription		
	CLUBS	Jours et horaires
Cartes/Scrabble	Saussure	Lundi et mardi 14h-16h30
Bridge	Ternes	Lundi et vendredi 14h-17h
Jeux divers	Beaucour	Mardi et vendredi 14h-17h

Activités prévention santé  sur inscription		
	CLUBS	Jours et horaires
Relaxation	Moréas	Mardi 10h-11h
Mémoire	Réseau Ternes	Mardi 14h30-16h (2 fois/ mois)
Mémoire	Beaucour	Mercredi 10h-12h
Sophrologie	Ternes	Mercredi 10h-11h
Mémoire	St Ange	Mercredi et vendredi 10h30-11h30
Mémoire	Saussure	Jeudi 10h-12h
Relaxation	Beaucour	Jeudi 11h-12h

Activités manuelles  sur inscription		
	CLUBS	Jours et horaires
Dessin/peinture	St Ange	Lundi 10h-12h30 et 14h-16h30
Loisirs créatifs	St Ange	Lundi 14h30-16h30
Atelier mix média	Moréas	Mardi 14h30 17/03
Mosaïques	St Ange	Mardi et jeudi 14h-17h
Couture	St Ange	Mercredi 10h-12h
Restauration de tableaux	St Ange	Mercredi 14h-16h30
Peinture sur porcelaine	Saussure	Mercredi 10h-12h30
Peinture sur verre	Beaucour	Mercredi 10h-12h (2fois/mois)
Atelier décopatch	Beaucour	Mercredi 14h30 (4/03 et 18/03)
Carterie	Saussure	Mercredi 14h-16h30
Caricatures	Beaucour	Mercredi 14h30 (2X/mois) 
Dessin/peinture	Ternes	Jeudi 10h-12h
Couture	Moréas	Jeudi 10h30-12h
Dessin/peinture	Beaucour	Jeudi et vendredi 13h30-17h
Dessin/peinture	Moréas	Vendredi 10h-12h30
Dessin/peinture	Saussure	Vendredi 14h-16h30
Bijoux	Ternes	Vendredi 14h-16h

Club Ternes

28, rue Bayen
Paris 75017
Tél 01 43 80 89 07
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 Beaucour

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

