

Programme des clubs séniors

Autonomie

Octobre 2026



Octobre 2026 / Clubs séniors / Espace Parisien des Solidarités 17

CLUB Date Horaire

Thème

sur inscription

Beaucour	Lundi 05/10	14h30		Spectacle d'impro théâtrale par la troupe de Beaucour
St Ange	Mardi 06/10	14h		Quizz
Ternes	Mardi 06/10	14h30		La troupe de théâtre des Ternes fait son show
Moréas	Mercredi 07/10	14h30		Chorale des Ternes fait son show, suivi d'un défilé
St Ange	Mercredi 07/10	14h30		Atelier d'improvisation intergénérationnel « Match des générations »
Saussure	Mercredi 07/10	14h		Lecture de contes- intergénérationnel- « Histoires à dormir debout »
Beaucour	Jeudi 08/10	14h30		Atelier découverte peinture sur tissus
St Ange	Jeudi 08/10	10h		Questions de santé- FAQ avec la CPAM
Epinettes	Jeudi 08/10	14h		Atelier bijoux
Moréas	Lundi 12/10	14h30		Atelier lecture avec Michelle
Moréas	Mardi 13/10	14h30		Conférence « les réalisations des frères Pereire »
Epinettes	Mardi 13/10	14h30		Représentation théâtrale des Starlettes, troupe des Epinettes
Beaucour	Vendredi 16/10	14h30		Conférence historique « les hôtel particuliers à l'est du parc Monceau »
Epinettes	Mercredi 14/10	14h30		Imitations avec Philippe de Montfalcon
Saussure	Lundi 19/10	14h30		La troupe à Roger se présente au club Claude Bernard 75005
Moréas	Mardi 20/10	14h30		Atelier découverte « gestuelle des danses » indiennes
Saussure	Mardi 20/10	14h30		Conférence « le mouvement art déco »
Epinettes	Jeudi 22/10	14h30		Café philo « à quoi sert l'art? »
Ternes	Jeudi 22/10	14h30		La chorale de Robert Blache fait son show
Saussure	Lundi 26/10	14h00		Loto
Moréas	Mardi 27/10	14h30		Grand quizz culturel
Epinettes	Jeudi 29/10	14h30		Tour de chant avec Jeff & Jos
Beaucour	Vendredi 30	14h30		Conférence/ Karaoké sur France Gall

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.



Se divertir | Apprendre | Se rencontrer

Activités physiques



sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Ping-pong	Beaucour	Lundi 14h-16h
Gym douce	Epinettes	Mardi 14h-15h (à partir du 20/10)
Yoga sur chaise	St Ange	Mardi 10h30-11h30
Danse en ligne	Moréas	Mercredi 9h45-12h
Marche nordique	Moréas	Jeudi 10h30-11h30
Judo santé	Epinettes	Jeudi 11h-12h
Pétanque	Moréas	Jeudi 14h30-16h
Badminton	Moréas	Jeudi 10h30-11h30
Danse en ligne	Ternes	Jeudi 14h30-16h30
Danse en ligne	St Ange	Jeudi 14h30-16h30
Yoga sur chaise	Beaucour	Vendredi 10h-11h
Bal	St Ange	Vendredi 14h30-16h30

Activités multimédia



sur inscription

Atelier numérique	Moréas	Jeudi 10h30-12h30 (à partir du 15/10)
Atelier numérique	Beaucour	Mardi 14h-16h
Atelier numérique	Ternes	Jeudi 10h-12h

Activités culturelles



sur inscription

Jeux de rôle	Epinettes	Lundi 10h-12h
Stage d'espagnol	Epinettes	Lundi 10h30-12h nouveau
Impro théâtrale	Beaucour	Lundi 14h30 (7 et 21/09) nouveau
Atelier philo	Moréas	Lundi 5/10 et 19/10 à 4h
Stage d'italien	St Ange	Mardi 14h30-16h
Poésie	Beaucour	Mardi 14h30 (8 et 22/09)
Anglais	St Ange	Mardi 10h30-12h
Anglais	Beaucour	Mardi 10h-12h
Anglais	Ternes	Mercredi 11h15-12h15
Anglais	Beaucour	Mercredi 14h30 (16/09)
Chorale	Ternes	Mercredi 14h30-17h
Chants	St Ange	Mercredi 14h30-16h30
Anglais	Moréas	Jeudi 14h30-16h
Théâtre	Epinettes	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
Mémoire	Ternes	Mardi 14H30 (08/09 et 22/09)
Mémoire	Epinettes	Mardi 10h -11h30
Mémoire	St Ange	Mercredi 10h-12h et vendredi 10h30-11h30
Relaxation	Epinettes	Jeudi 10h30-11h30

Activités manuelles



sur inscription

	CLUBS	Jours et horaires
Dessin/peinture	St Ange	Lundi 10h-12h30
Dessin/ peinture	Epinettes	Lundi 14h-16h30
Loisirs créatifs	St Ange	Lundi 14h30-16h30
Loisirs créatifs	Epinettes	Mardi et mercredi 14h-17h
Mosaïques	St Ange	Mardi et jeudi 14h-17h
Couture	St Ange	Mercredi 10h-12h
Peinture sur verre	Beaucour	Mercredi 10h-12h (2x/mois)
Restauration de tableaux	St Ange	Mercredi 14h-16h30
Peinture sur porcelaine	Saussure	Mercredi 10h-12h30
Carterie	Saussure	Mercredi 14h-16h30
Caricatures	Beaucour	Mercredi 14h30
Dessin/peinture	Ternes	Jeudi 10h-12h
Bijoux	St Ange	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
Couture	Epinettes	Vendredi 14h-17h

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 Epinettes

51 rue des Epinettes
Paris 75017
Tel: 01 87 76 17 84
Dsol-Clubs-Paris17@paris.fr
Tram Epinettes Pouchet
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

