

### • Atelier Lecture & Mise en Espace

Lire et comparer des traductions différentes de textes classiques : 1<sup>er</sup> texte l'Illiade d'Homère

Les lundis de 19h à 20h30 : 3 décembre 2018, 7 et 21 janvier 2019, 4 et 18 février 2019 et le 25 mars 2019

Proposé et animé par **Anne Quercy**

➔ *Salle Sophie-Germain*

### • Atelier Ecriture

Les vendredis de 14h30 à 16h30 : 7 décembre 2018; 11 et 25 janvier 2019

Proposé et animé par **Françoise Camus et Marie Fernier**

➔ *Salle Sophie-Germain*

### • Atelier Ecriture (à partir de 16 ans)

Samedi 8 décembre 2018 de 14h à 16h30

Proposé et animé par **Annie Cyngiser**

➔ *Salle Sophie-Germain*

### • Atelier Dessin

Les mercredis de 10h à 12h

Proposé et animé par **Claire Macaigne**

➔ *Salle Sophie-Germain*

### • Atelier Peinture

Les mardis de 14h30 à 16h30 : 4 et 18 décembre 2018; 8 et 22 janvier 2019, 5 et 19 février 2019, 5 et 26 mars 2019

Proposé et animé par **Carlos Aresti, artiste peintre**

➔ *Salle Voyelles*

## DISPOSITIFS SOLIDAIRES au Pôle Citoyens

### • Accueil des personnes sans-abri autour d'un repas chaud

Vous aussi participez à ce moment de solidarité et de convivialité à partir du 3 décembre 2018

Renseignements et inscription auprès du **Pôle Citoyens**

### • Collecte de produits hygiéniques

Organisée par l'association **Règles Élémentaires**

Pour aider les femmes sans domicile à rester dignes

### • Collecte de paires de lunettes

Organisée par le **Lions Clubs**

Vous pouvez déposer toutes vos lunettes avec et sans monture, avec ou sans verre, vos verres individuels, etc

### • Bébés du cœur

Organisée par **Les Restos du Cœur et la Direction des Familles** et de la **Petite Enfance**

Collecte de vêtements (de 0 à 36 mois), produits hygiéniques et de puériculture  
Du 3 au 7 décembre 2018

## Evènements à venir

- Conférence les Amis de Stendhal : Stendhal nouvelliste ?
- Conférence Histoire de l'Art
- Visite de l'église Saint-Paul - Saint-Louis
- Danse chorégraphique «Entrez dans la danse»
- Atelier Tango

### **Autres lieux proposant des activités aux seniors :**

*Le Petit Rémouleur*, 3 rue de Fourcy 75004 - 01 48 87 51 26

*Ave Maria*, 4 rue Ave Maria 75004 - 01 48 87 67 39

*Coallia*, 30 quai des Célestins 75004 - 01 44 61 13 41

*Centre d'Action Sociale de la Ville de Paris*, 2 place Baudoyer, Porte C - 01 44 54 76 50



# PROGRAMME DES ACTIVITÉS ET ÉVÉNEMENTS

## PÔLE CITOYENS

### DÉCEMBRE 2018

Ouvert à tous les habitants du 4<sup>e</sup> arrondissement, le Pôle Citoyens facilite et coordonne les initiatives citoyennes pensées et conçues par et pour les habitants du 4<sup>e</sup> arrondissement. Le Pôle Citoyens est un lieu de rencontre, de partage de compétences, de solidarité et de création de lien social. Ainsi, il accompagne ceux qui veulent s'engager bénévolement dans la vie de leur arrondissement et qui souhaitent partager leurs savoirs ou leurs centres d'intérêts avec d'autres habitants. L'équipe du Pôle Citoyens les aide dans la mise en œuvre de ces initiatives et projets : mise à disposition de salles, besoins logistiques, communication...

Le Pôle Citoyens accueille ainsi des évènements, ateliers, conférences et visites culturelles, des permanences institutionnelles et associatives et anime le Conseil Municipal des Enfants.



Ouvert du lundi au vendredi de 9h à 17h30

Mairie du 4<sup>e</sup> - 2 place Baudoyer 75004 Paris

**Tél. : 01 44 54 75 09 - Courriel : [mairie4.polecitoyens@paris.fr](mailto:mairie4.polecitoyens@paris.fr)**

**[www.mairie4.paris.fr/vie-citoyenne/pole-citoyens](http://www.mairie4.paris.fr/vie-citoyenne/pole-citoyens)**

## ÉVÉNEMENTS sur inscriptions dès le lundi 3 décembre



### • Atelier Centr'Aider

Je suis un aidant, une aidante : quelles sont les solutions qui peuvent m'aider ?

**Mercredi 5 décembre de 10h à 12h**

Proposé par **Autonomie Paris Saint-Jaques, Maison des Aînés et des Aidants**

➤ *Salle Voyelles*

### • Conférence de l'Association des Amis de Stendhal

Paul Nizan et Stendhal

**Jeudi 6 décembre à 18h30**

➤ *Salle Voyelles - sans inscription*

### • Musée du Grand Palais

Visite libre de l'exposition «Éblouissante Venise, les arts et l'Europe au XVIII<sup>e</sup> siècle»

**Vendredi 7 décembre à 14h15**

➤ *3 avenue du Général Eisenhower 75008 Paris*

### • Cinéma : La Mairie du 4<sup>e</sup> fait son Luminor

**Le lundi 10 décembre à 14h** : *L'extraordinaire voyage du Fakir, Drame/Aventure*

➤ *Cinéma Luminor, 20 rue du Temple 75004 (contremarque à retirer à l'accueil du Pôle Citoyens)*

### • Atelier C

Visite d'une chocolaterie

**Mardi 11 décembre à 14h**

➤ *123 avenue Dausmenil 75012*

### • Conférence Histoire de l'Art

En lien avec l'exposition «Joan Miró» au Grand Palais

**Jeudi 13 décembre de 16h30 à 18h**

Proposée et animée par **Frédérique Jannel, conférencière**

➤ *Salle Voyelles*

### • Conférence Aromathérapie

Les huiles essentielles pour passer de bonnes fêtes

**Jeudi 13 décembre de 19h à 20h30**

Proposée et animée par **Claire Laville de Lacombe, docteur en pharmacie**

➤ *Salle Voyelles*

### • Conférence D-Marche

**Mercredi 19 décembre de 15h30 à 16h30**

**Conférence obligatoire suivie de 5 séances**

En partenariat avec le **PRIF (Prévention Retraite Île-de-France)**

➤ *Salle Voyelles*

### • Musée d'Orsay

Visite libre de l'exposition «Renoir, Père et Fils»

**Samedi 29 décembre à 10h45**

➤ *1 Rue de la Légion d'Honneur 75007 porte D*

### • Musée du Grand Palais

Visite libre de l'exposition «Joan Miró»

**Vendredi 4 janvier 2019 à 14h15**

➤ *3 avenue du Général Eisenhower 75008*

## ACTIVITÉS régulières sur inscriptions



### CONVIVIALITÉ

#### • Le Café du Pôle Citoyens

Les lundis à partir de 14h30

Proposé par **Marie-Claude Juranville**

➤ *Salle Sophie-Germain (sans inscription dans la limite des places disponibles)*

### INFORMATIQUE ET NOUVELLES TECHNOLOGIES

#### • Aide et conseils sur les Smartphones & Tablettes Android

**Vendredi 7 décembre 2018 de 10h à 11h30**

Proposé par **Pierre Gourdou**

➤ *Salle Informatique*

### BIEN-ÊTRE

#### Initiation Massage Bébé (1 à 12 mois)

**Mardi 11 décembre de 10h30 à 12h**

Proposé et animé par **Sabine Monnoyeur, naturopathe**

➤ *Salle Voyelles*

#### • Atelier Yoga Parents - Enfants (5/12 ans)

**Samedi 8 décembre 2018 de 10h à 11h30**

Animé par **Erica Rivolier,**

en partenariat avec le centre **Paris Anim' Pôle Simon Le Franc**

➤ *Salle Voyelles*

#### • Atelier Garder l'équilibre au quotidien - suites du stage (hors vacances scolaires)

**Les lundis de 10h à 11h** : 3, 17 décembre 2018

Proposé et animé par **Anne Quercy**, à l'initiative du collectif ayant participé à l'atelier du **PRIF, Prévention Retraite Île-de-France**

➤ *Salle Voyelles*

#### • Atelier Qi-Gong Elèves (hors vacances scolaires)

**Les jeudis de 10h à 11h30**

➤ *Salle Voyelles*

#### • Atelier Equilibre

**Cycle de 12 séances les mercredis de 14h30 à 15h30** : 5, 12, et 19 décembre 2018

Animé par l'association **Prévention Retraite Île-de-France**

➤ *Salle Voyelles*

### ARTISTIQUE

#### • Initiation Flamenco (hors vacances scolaires)

**Les lundis de 19h à 20h30**

Proposée et animée par **Sharon Sultan, danseuse professionnelle**

➤ *Salle Voyelles*

#### • Atelier Théâtre

**Les mercredis de 19h à 20h30 et/ou les samedis de 11h à 13h**

Proposé et animé par **Maurice Suissa**

➤ *Salle Voyelles*