

INFORMATIQUE ET NOUVELLES TECHNOLOGIES

• Perfectionnement smartphone : Votre smartphone et la musique

Le vendredi de 10h à 11h30 : 5 avril

Animé par **Pierre Gourdou**

► *Salle Informatique*

• Atelier Informatique Initiation

Le lundi de 10h30 à 12h : 8 et 15 avril; 6, 13, 20 et 27 mai et le 3 juin

Animé par l'association **E-Séniors**

► *Salle Informatique*

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

Les lundis de 10h à 11h : 1^{er} et 15 avril, 6 et 20 mai

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*

BIEN-ÊTRE

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

Les samedis de 10h à 11h30 : 13 avril et 25 mai

Animé par **Erica Rivolier**,

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

► *Salle Voyelles*

ARTISTIQUE

• Chant lyrique

Proposé et animé par **Didier Wagner** et **Denise Charansol**

Tous les mercredis de 13h à 16h à partir du 10 avril

► *Salle Voyelles*

DISPOSITIFS SOLIDAIRES au 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

Évènements à venir

- Conférence Intelligence émotionnelle : Estime de soi
- Conférence les Amis de Stendhal : Stendhal Cosmopolite
- Musée d'art et d'histoire du Judaïsme
- Maison des Métallos
- Atelier Massage Bébé
- Atelier théâtre familial
- Danse chorégraphique «Entrez dans la danse»
- Atelier Dessin : le portrait

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

AVRIL 2019

Ouvert à tous les habitants du 4^e arrondissement, le Pôle Citoyens facilite et coordonne les initiatives citoyennes pensées et conçues par et pour les habitants du 4^e 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^e - 2 place Baudoyer 75004 Paris

Tél.: 01 44 54 75 09 - Courriel : mairie4.polecitoyens@paris.fr

www.mairie4.paris.fr/vie-citoyenne/pole-citoyens

ÉVÉNEMENTS sur inscriptions dès le lundi 1^{er} avril 2019



- **Conférence Les Amis de Stendhal**
Relire l'histoire de la peinture en Italie
Mercredi 3 avril à 18h30
► *Salle Voyelles - sans inscription*
- **Musée du quai Branly - Jacques Chirac**
Concert «Pédro Kouyaté & Band» et visite découverte guidée
Samedi 6 avril concert à 14h et visite à 16h20
► *37 quai Branly 75004*
- **Musée Rodin**
Visite guidée de l'exposition «Premiers pas avec Rodin»
Mardi 9 avril à 14h30
► *77 rue de varenne 75007*
- **Centre Wallonie-Bruxelles**
Cinéma. Projection : Félix Nussbaum, peintre
Un film de Lydia Chagoll, en sa présence
Mardi 9 avril à 20h
► *46 rue Quincampoix 75004*
- **Centre Wallonie-Bruxelles**
Théâtre. Le chagrin des Ogres, de Fabrice Murgia/cie Artara
Mercredi 10 avril à 20h
► *46 rue Quincampoix 75004*
- **Conférence Histoire de l'Art**
Le modèle noir de Géricault à Matisse
Proposée et animée par Frédérique Jannel, conférencière
Jeudi 11 avril de 16h30 à 18h
► *Salle Voyelles*
- **Fondation Jérôme Seydoux-Pathé**
Visite guidée. Après-midi découverte du site et séance ciné-concert
Jeudi 11 avril à 15h
► *73 avenue des Gobelins 75013*
- **Centre Pompidou**
Cinéma. Kenedi rentre à la maison et Kenedi perdu et retrouvé, en présence du cinéaste
Film de Zelimir Zilnik
Samedi 13 avril à 15h
► *Place Georges-Pompidou 75004*

- **La mairie du 4^e fait son Luminor**
Lundi 15 avril à 14h
Capharnaüm. Drame
► *Cinéma Luminor, 20 rue du temple 75004 (contremarque à retirer à l'accueil du Pôle Citoyens)*
- **Conférence Atelier D-Marche**
Conférence obligatoire suivie de 5 séances à partir du 6 mai
En partenariat avec le PRIF, animée par l'association Prim'ADAL
Mardi 16 avril de 10h à 12h
► *Salle Voyelles*
- **Lafayette Anticipation**
Visite guidée des expositions, de l'architecture et de l'atelier
Mercredi 17 avril à 14h
► *9 rue du Plâtre 75004*
- **Conférence «Bien chez soi»**
Conférence obligatoire suivie de 5 séances à partir du 15 mai
En partenariat avec le PRIF animée par l'association SOLIHA
Mercredi 17 avril de 10h à 12h
► *Salle Voyelles*
- **Conférence Naturopathie**
«L'eau et notre corps»
Proposée et animée par Sabine Monnoyeur
Mercredi 17 avril à 19h
► *Salle Voyelles*
- **Les mardis de la santé**
Prise ou perte de poids ? Les kilos émotionnels en présence du Dr Patrick Serog, médecin nutritionniste
Mardi 23 avril à 18h30
► *Salle Voyelles*
- **Bal Tango**
Initiation au Tango de 18h à 19h, suivi du bal de 19h à 21h45
Proposé par Alain Moïse Arbib
Vendredi 26 avril
► *Salle des fêtes*
- **Hôtel de Lauzun**
Visite guidée
Vendredi 3 mai à 14h
► *17 quai d'Anjou 75004*

ACTIVITÉS régulières sur inscriptions dès le lundi 1^{er} avril 2019

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)*

