

LES ACTIVITÉS  
DE LA MAISON DE QUARTIER

# SAINT-TRONC

2019 / 2020

134, rue François Mauriac - 13010 Marseille

Tél. : 04 91 74 18 14

mairiemaisonblanche@gmail.com





*Je me réjouis que nos maisons de quartier soient aussi riches en programmation, présageant des rencontres, des échanges culturels, récréatifs, sportifs, et de partage.*

*La diversité des associations partenaires et l'offre proposée ne peuvent qu'y contribuer.*

*Je souhaite que petits et grands puissent se retrouver dans ces lieux chaleureux dans le but de renforcer les liens entre habitants et de promouvoir le bien vivre ensemble.*

*Avec mon équipe municipale nous oeuvrons collectivement pour offrir un service public de qualité aux habitants du secteur.*

*A toutes et à tous une belle rentrée et une belle année dans vos maisons de quartier.*

*Votre Maire,  
Lionel Royer-Perreaut*

# ACTIVITÉS ADULTES

|   |  |   |                                  |
|---|--|---|----------------------------------|
| JEUX SENIORS                                | Activités Seniors Lotos / Voyages<br>: Bibliothèque<br>Asso « Gym Métamorphose » | Lundi 13 h 00 – 16 h 30   | 04 91 75 17 44<br>06 18 97 55 50 |
|   | Activités Seniors<br>Asso « Energie Solidaire 13»                                | Mardi / Jeudi<br>13h 00 – 16 h 45   | 04 91 04 78 00<br>04 91 74 18 14 |
| INFORMATIQUE                                | Asso « Vulgarisons<br>l'Informatique »   | Mardi<br>9 h 30 – 16 h 00   | 06 05 35 01 83                   |
| MUSIQUE                                     | Guitare<br>Asso « FA SOL DO »  | Mercredi<br>16 h 30 – 17 h 30   | 06 30 36 02 42                   |
| EXPRESSION<br>ARTISTIQUE                    | Peinture<br>Asso « Gym Métamorphose »  | Vendredi<br>14 h 00 - 17 h 00   | 06 08 71 72 12                   |
| GYMNASTIQUE                                 | Adultes / Seniors<br>Asso « Gym Métamorphose »                                   | Lundi<br><b>Seniors</b> 13 h 30 – 14 h 15<br><b>Adultes</b> 18h30 - 19h30 | 06 18 97 55 50                   |
|   |  | Mardi<br><b>Adultes</b> 9 h 15 – 10 h 15<br>10 h 15 - 11 h 15             |                                  |
|   |  | Mercredi<br><b>Adultes</b> 18 h 30 – 20 h 00                              |                                  |
|   |  | Jeudi<br><b>Adultes</b> 9 h 30 – 10 h 30<br><b>Seniors</b> 13h30 – 14h15  |                                  |
|   |  | Vendredi<br>Adultes 9 h 30 - 10 h 30<br>18 h 30 - 19 h 30                 |                                  |
| Adultes QI GONG<br>Assi « L'Effet QI GONG » | Mercredi 10 h 00 – 11 h 00   | 06 28 47 48 52  |                                  |

|         |  |                            |                |
|---------|--|----------------------------|----------------|
| SPORT   | Regroupement avant le<br>départ en randonnée<br>Asso « GR St Tronc »     | Lundi 8 h 45 – 9 h 00      | 06 23 29 25 50 |
| DETENTE | Adultes/Séniors<br>Asso «Gym Métamorphose»<br>Relaxation/Atelier Mémoire | Vendredi 11 h 30 - 11 h 45 | 06 18 97 55 50 |

# ACTIVITÉS ENFANTS

|   |   |   |  |
|---|---|---|--|
| <b>THEATRE</b>  | Théâtre<br>Asso « Au fil de l'Âme »                             | Mercredi<br>Enfants 13 h 30 - 15 h 00<br>Ados 15 h 30 - 17 h 00 | 06 10 90 29 97<br>06 12 70 42 55                   |
| <b>LANGUE</b>   | Russe<br>Asso « Perspectives »                                  | Mercredi 10 h 00 - 12 h 00<br>Samedi 9 h 00 - 15 h 00           | 04 91 75 01 92<br>06 21 55 35 76<br>06 18 91 05 21 |
| <b>MUSIQUE</b>  | Guitare<br>Asso « Fa Sol Do »                                   | Mercredi<br>16 h 30 – 17 h 30                                   | 06 30 36 02 42                                     |
| <b>SOCIAL</b>   | IFAC PACA<br>Relais des assistantes<br>maternelles<br>Capelette | Vendredi<br>9 h 30 – 12 h 30                                    | 04 91 34 19 25<br>06 24 02 37 29                   |
| <b>SOUTIEN<br/>SCOLAIRE<br/>Enfants<br/>malentendants</b> | I.R.S.A.M.  | Mercredi 13 h 00 - 14 h 00                                      | 04 91 18 92 70                                     |

## DANS LES LOCAUX

### - Activités organisées par la mairie des 9/10 :

04 91 74 18 14

#### \* Atelier mémoire

- Jeudi / Vendredi 10 h 00 – 11 h 30

#### \* Atelier créatif

- Mercredi 14 h 00 – 16 h 30

### - CIQ St Tronc

06 25 15 36 93

- 4<sup>ème</sup> mardi du mois 18 h 00 – 20 h 00

- 2<sup>ème</sup> jeudi du mois 18 h 00 – 20 h 00

### - CIQ Vallon de Toulouse Regny

06 46 11 77 08 / 06 31 67 86 22

- 2<sup>ème</sup> mercredi du mois 18 h 00 – 20 h 00

### - Les Pitchouns de St Tronc

(assistantes maternelles)

Lundi / Mercredi 9h15 - 11h30

Mme Mazzoni 06 15 83 47 16

## 13 ASSOCIATIONS PARTENAIRES

AU FIL DE L'ÂME

CIQ ST TRONC

CIQ VALLON DE TOULOUSE REGNY

IFAC PACA RAM CAPELETTE

PERSEPECTIVES

VULGARISONS L'INFORMATIQUE

GR SAINT TRONC

GYM MÉTAMORPHOSE

L'EFFET QI GONG

FA SOL DO

ENERGIE SOLIDAIRE 13