

## LANGUE

### PERSPECTIVES

Cours de russe pour enfants

**Samedi - 9h00 / 17h00**

**06 18 91 05 21 / 06 21 55 35 76**

## JEUX

### ÉNERGIE SOLIDAIRE 13 (ES 13)

Activités pour séniors : lotos, jeux, goûters, sorties journée

**Mardi - Jeudi - 13h30 / 16h45**

**06 80 06 69 21 / 04 91 04 78 00 / 04 91 04 78 11**

### GYM MÉTAMORPHOSE

Activités récréatives séniors : lotos

**Lundi - 13h30 / 17h00**

**06 18 97 55 50**

## SANTÉ ET SOCIAL

### CIQ SAINT-TRONC

Réunions, couture et broderie

**4ème mardi et 2ème jeudi du mois**

**De 17h30 à 20h00** (réunions)

**1er samedi et 3ème samedi du mois**

**De 14h30 à 17h30** (couture, broderie)

**07 86 18 19 67**

### CIQ VALLON DE TOULOUSE / REGNY

Réunions mensuelles

**2ème mercredi du mois - 18h30 / 20h30**

**06 49 30 96 54**

### IFAC PACA RAM CAPELETTE 10ÈME

Personnalisation des assistants maternels

Accueil des enfants 3 mois / 3 ans

**Vendredi - 9h00 / 12h00**

**04 91 34 19 25 / 06 24 02 37 29**

### LES PITCHOUNS DE SAINT-TRONC

Activités diverses pour le développement social, culturel et psychomoteur de jeunes enfants confiés à des assistantes maternelles agréées

**Lundi - 9h30 / 11h30**

**06 50 12 96 27**

**DANS LES LOCAUX**



- **Activités organisées par la mairie 9/10**

Tél. **04 91 74 18 14**

Mail : [mq-st-tronc@marseille.fr](mailto:mq-st-tronc@marseille.fr)

- **Atelier mémoire**

Jeudi - Vendredi - 10h00 / 11h30

- **Atelier créatif**

Mercredi - 14h00 / 16h30

- **CIQ Saint-Tronc**

Tél. **07 86 18 19 67**

4ème mardi du mois - 18h30 / 20h30

2ème jeudi du mois - 17h30 / 18h30

- **CIQ Vallon de Toulouse Regny**

Tél. **06 49 30 96 54**

2ème mercredi du mois - 18h30 / 20h30

Mairie Maison Blanche  
Mairie des 9e et 10e arrondissements  
150, bd Paul Claudel 13009 Marseille



marseille9-10.fr



Mairie Maison Blanche 9/10



mairiemaisonblanche



ÉDITION  
2023 / 2024

# LA MAISON DE QUARTIER SAINT-TRONC ET SES ACTIVITÉS

134, rue François Mauriac 10e



**04 91 74 18 14**



marseille9-10.fr



Mairie Maison Blanche 9/10



mairiemaisonblanche

MAISON BLANCHE  
MARSEILLE  
MAIRIE D'ARRONDISSEMENTS 9-10



**Anne-Marie d'ESTIENNE d'ORVES**

Maire des 9e et 10e  
Arrondissements de Marseille  
Conseillère municipale  
Conseillère métropolitaine



**Lionel ROYER-PERREAU**

Député des Bouches-du-Rhône  
Conseiller municipal  
Conseiller métropolitain

Je suis heureuse de pouvoir vous proposer une programmation riche sur l'ensemble de nos maisons de quartiers. Je souhaite que petits et grands puissent se rassembler dans ces lieux chaleureux et profiter, ensemble, de moments de convivialité.

Monsieur le Député, Lionel Royer-Perreaut se joint à moi pour vous souhaiter à toutes et à tous, une belle rentrée et une belle année dans nos équipements.

Votre Maire,  
Anne-Marie d'ESTIENNE d'ORVES



## ACTIVITÉS

### ATELIER DÉTENTE

L'EFFET QI GONG  
Qi Gong  
**Jeudi - 14h45 / 15h45**

**06 28 47 48 52**

TISSER LES FILS DU YOGA (T. L. F. D. Y.)  
Cours de yoga  
**Jeudi - 10h15 / 14h30**

**06 82 91 32 62 / 06 42 36 97 87**

### CULTUREL

VULGARISONS L'INFORMATIQUE  
Cours d'informatique  
**Mardi - 9h30 / 12h30**

**06 05 35 01 83**

### DANSE

DANCE LIFE  
Danse urbaine et chant  
**Mercredi - 20h00 / 22h00**

**06 29 28 82 27 / 06 69 27 30 96**

YEREVAN DANSE STUDIO  
Danses arméniennes : modernes et folkloriques,  
danses du monde  
**Mardi - 18h00 / 20h00**  
**Samedi - 15h30 / 19h30**

**06 98 60 17 17 / 06 69 42 46 87**

### EXPRESSION ARTISTIQUE

CIE AU FIL DE L'ÂME  
Ateliers théâtre enfants  
**Mercredi - 14h00 / 16h00 (enfants)**  
**Jeudi - 18h00 / 20h00 (adultes)**

**06 10 90 29 97 / 06 12 70 42 55**

ÉNERGIE SOLIDAIRE 13 (ES 13)  
Ateliers créatifs  
**Mercredi - 13h30 / 16h30**  
**Mardi - Jeudi - 13h30 / 16h45**

**06 80 06 69 21 / 04 91 04 78 00 / 04 91 04 78 11**

GYM MÉTAMORPHOSE  
Cours de peinture  
**Vendredi - 14h00 / 17h00**

**06 18 97 55 50**

CIQ SAINT-TRONC  
Couture, broderie, tricot  
**1er et 3ème samedi - 14h30 / 17h30**

**07 86 18 19 67**

### GYMNASTIQUE

GYM MÉTAMORPHOSE  
Gymnastique d'entretien  
**Lundi - Mercredi - Vendredi - 18h30 / 19h30**  
**Mardi - 9h00 / 11h15**  
**Jeudi - 9h00 / 10h00**  
**Vendredi - 9h30 / 10h30**

**06 18 97 55 50**

