

# Mon carnet d'adresses

## Être senior dans le 20<sup>e</sup> arrondissement



Se divertir et  
prendre soin  
de soi

Se former  
au numérique

Participer  
à la vie  
citoyenne

Être aidé et  
accompagné

# Pourquoi cette brochure ?

À Paris, il existe de nombreuses offres à destination des seniors.

Les associations, entreprises et services publics parisiens vous proposent des animations et activités selon :

- > vos besoins,
  - > vos goûts et vos envies,
- pour profiter pleinement de la vie dans votre arrondissement.

## BON À SAVOIR

Vous pouvez également bénéficier de toute l'offre proposée par la Ville de Paris comme :

- ▶ le programme Paris sport seniors,
- ▶ les bibliothèques municipales,
- ▶ les piscines,
- ▶ les musées,
- ▶ les cours pour adultes et les ateliers beaux-arts, les centres Paris anim'...

Pour plus d'informations, rendez-vous sur [paris.fr](http://paris.fr) ou par téléphone au 3975\*.

\*Le 3975, numéro d'information unique de la Ville de Paris, est accessible aux personnes malentendantes ou sourdes sur [acce-o.fr/client/3975\\_plateforme\\_paris/](http://acce-o.fr/client/3975_plateforme_paris/)  
Coût d'un appel local.



# Les activités de loisirs, de culture, de sport, de santé et de bien-être

**Vous avez envie :**

- ⇒ de pratiquer un sport,
- ⇒ de participer à une activité culturelle ou de loisirs,
- ⇒ de partager des moments conviviaux,
- ⇒ de prendre soin de vous.

**Ceci est pour vous !**

### ADAPTIA

Cycle de conférences sur le tri des affaires, le parcours résidentiel seniors et l'adaptation des logements.

07 80 97 52 57

charlotte.leblan@adaptia.fr

<https://www.adaptia.fr/>

---

### ARCHIPELIA

Jardins partagés, activités artistiques (ateliers peinture-dessin), sportives et de bien-être (ateliers mémoire, ateliers prévention des chutes, ateliers gym douce), ateliers d'informatique (débutants et intermédiaires), bénévolat et accompagnement à la mise en place de projets d'habitants.

17, rue des Envierges

01 47 97 02 96

info@archipelia.org

<https://www.archipelia.org/>

---

### ARTZ - ACTION CULTURELLE ALZHEIMER

Visites aux musées et visites culturelles en ligne depuis le domicile pour les seniors et leur proche aidant accompagnées, par un volontaire et animées par une conférencière.

09 54 61 12 79

coordination@assoartz.org

[www.assoartz.org](http://www.assoartz.org)

---

### ASSOCIATION CHINOIS DE FRANCE - FRANÇAIS DE CHINE

Cours de numérique sur le téléphone portable, activités de bien-être (prévention santé et autre) et assistance à l'accès aux droits.

45, rue de Tourtille

01 83 91 86 31

mediation.cffc@gmail.com

<https://www.cffc.fr/page/350386-presentation>

---

### ASSOCIATION DÉLIDÉMO

Ateliers littéraires autour d'espaces de dialogue utilisant le livre pour susciter la parole, lecture à voix haute, portage de livres, écoute de podcasts grâce à des tablettes apportées par les seniors.

01 53 17 61 19 (n'hésitez pas à laisser un message avec votre nom et numéro de téléphone)

delidemo@orange.fr

<http://delidemo.over-blog.fr/>

---

### ASSOCIATION TOUS ENSEMBLE

Convivialité au sein d'un jardin partagé, jardinage, sorties culturelles occasionnelles, accompagnement pour démarches administratives par des bénévoles.

39, rue Joseph Python

07 69 09 94 37

tousensemblecpd@gmail.com

---

### ASSURANCE MALADIE DE PARIS

Activités de bien-être (ateliers sur le sommeil et sur la santé du dos) et sportives (marche nordique).

ateliers-assurance-maladie-paris@

assurance-maladie.fr

---

---

## AYYEM ZAMEN

**Permanences d'accès aux droits, accompagnement retraite et santé, informations collectives, activités numériques, de bien-être (séjour répit), culturelles (radio, ciné-débat, lecture, visites culturelles) et de loisirs (jeux, jardinage, cueillettes, journées à la mer).**

7, rue de Pali Kao

01 40 33 25 25

ayyem.zamen@gmail.com

<https://www.cafesocial.org>

---

## BOULE SPORTIVE DU 20

**Pétanque.**

26, rue de Noisy le Sec

06 13 58 89 11

jack.sibilia@bbox.fr

<http://www.oms20-paris.org/Boules-sportives-du-20eme>

---

## CENTRE SOCIAL ANNAM

**Activités intergénérationnelles.**

4, rue d'Annam

01 45 71 23 55

centre-annam.cafparis@caf.cnafmail.fr

---

## CENTRE SOCIAL SOLEIL BLAISE

**Activités intergénérationnelles et sportives (gym douce), ateliers informatiques (accès libre, aides aux démarches administratives, formations).**

7, square Vitruve

01 44 93 00 72

direction@soleilblaise.org

[www.soleilblaise.org](http://www.soleilblaise.org)

---

## CENTRE SOCIOCULTUREL ÉTINCELLES

**Activités sportives et de bien-être (sophrologie, balades-randonnées, atelier cuisine bien-être, prévention santé), culturelles (sorties culturelles ponctuelles), artistiques (stages de médiation artistique), de loisirs (goûter-jeux des seniors), ateliers numériques et permanences d'accès aux droits.**

78, rue des Haïes ;

34, rue de la Réunion

01 43 71 05 45

contact@etincelles20eme.org

<http://www.etincelles20eme.org>

---

## LES CLUBS SENIORS CASVP DE L'ARRONDISSEMENT

**Les clubs seniors du Centre d'action sociale de la Ville de Paris proposent aux préretraités et retraités, à partir de 55 ans, et à leurs aidants, de nombreuses activités gratuites et accessibles à tous : activités manuelles (couture, jardinage...), artistiques, sportives (gym douce...), numériques, culturelles, ludiques (bridge, jeux de cartes et de société...).**

### Club Davout

39, boulevard Davout

01 43 56 04 44

### Club Dénoyez

13-15, rue Dénoyez

01 46 36 63 59

### Club Maurice Chevalier

14, rue des Tourelles

01 40 31 62 28

### Club Ménilmontant

21, passage Ménilmontant ;  
33, rue Hélène Jakubowicz  
01 43 66 23 50

### Club Mortier

75, boulevard Mortier  
01 43 61 09 29

### Club Piat

33, rue Piat  
01 46 36 53 67

### Club Saint-Blaise

2-4, ru 42 37

### Pour tous les clubs seniors :

Casvp-Club-Seniors@paris.fr  
<https://www.paris.fr/pages/loisirs-et-citoyennete-185>

## CPS PARIS - ASSOCIATION RECHERCHE ET RENCONTRES

Consultations psychologiques, psychiatriques, ateliers utilisant des médiations artistiques et temps collectifs conviviaux.

3, rue Jean-Baptiste Dumay  
01 42 78 19 87  
cpsparis@cpsparis.fr  
<https://cpsparis.fr/>

## HAPPYVISIO

Plus de 500 conférences et activités en ligne à suivre en direct ou en replay sur le site d'HappyVisio : gym, yoga, qi gong, santé, bien-être, culture, nutrition, mémoire, aidants...

Inscription avec le code CF7500  
01 76 28 40 84  
contact@happyvisio.com  
<https://www.happyvisio.com/>

## KIT PRÉVENTION AUTONOMIE

Programme de 12 ateliers  
Équilibr'Âge : ateliers de prévention des chutes accompagnés par un ergothérapeute avec une évaluation au domicile et un essai de matériel.  
contact@kitpreventionautonomie.fr

## LE PARI SOLIDAIRE

Sorties culturelles, ateliers manuels, conférences, activités de bien-être, formations au numérique...  
01 42 27 06 20  
seniorconnect@leparisolidaire.fr  
<https://www.leparisolidaire.fr/conciergerie/>

## LOISIRS ET ANIMATIONS CULTURELLES DU CASVP

Spectacles festifs, places de théâtre et sorties intergénérationnelles ou en groupe, séjours, moments conviviaux (croisières, thé dansant...).

<https://www.paris.fr/pages/loisirs-et-citoyennete-185>

## MAISON DU BAS BELLEVILLE

Permanences d'accès aux droits, activités manuelles (couture, jardin, ateliers créatifs), sportives et de bien-être (yoga, cycles d'ateliers de prévention), sorties, groupes d'échanges et bénévolat dans les différents secteurs.

5, rue de Tourtille ;  
17, rue Pali Kao  
01 43 66 64 56  
06 42 59 47 51  
famille.belleville@groupe-sos.org

---

## MOVADOM

Visio-conférences hebdomadaires (accessibles sur ordinateur ou par téléphone) sur la thématique du logement, de l'administratif, du voyage, du soutien psychologique.

contact@movadom.com  
<https://www.movadom.com/>

## PARIS SPORT HANDICAP - AU TENNIS DÉJERINE

Tennis réservé et adapté aux seniors malentendants sur un créneau d'une heure encadré par un éducateur de la Ville de Paris (sur inscription au préalable).

32, rue des Docteurs Dejerine  
3975  
ou [acce-o.fr/client/3975\\_plateforme\\_paris/](https://acce-o.fr/client/3975_plateforme_paris/)  
nicolas.jacob@paris.fr  
<https://www.paris.fr/pages/faciliter-la-pratique-sportive-des-personnes-en-situation-de-handicap-6795>

---

## PRÉVENTION RETRAITE ÎLE-DE-FRANCE (PRIF)

Programme de 5 séances de motivation à la marche.

7, rue de Pali Kao  
01 40 33 25 25  
ayyem.zamen@gmail.com  
<https://prif.fr/> rubrique Participer à un atelier

---

## PRÉVENTION RETRAITE ÎLE-DE-FRANCE (PRIF)

Programme de 5 séances de motivation à la marche.

2, rue Clos  
01 43 70 42 37  
juliette.fauquemberg@paris.fr  
<https://prif.fr/> rubrique Participer à un atelier

---

## PRÉVENTION RETRAITE ÎLE-DE-FRANCE (PRIF)

Programme Bien dans son assiette 5 séances d'ateliers de nutrition.

01 86 95 82 88  
preventionidf@mfp.fr ou belenos@belenos-nutrition.com  
ou [contact.prif@prif.fr](mailto:contact.prif@prif.fr)  
<https://prif.fr/> rubrique Participer à un atelier

---

## PRÉVENTION RETRAITE ÎLE-DE-FRANCE (PRIF)

Programme de 7 séances de santé globale.

06 62 04 84 87  
Contact.prif@prif.fr  
<https://prif.fr/> rubrique Participer à un atelier

---

## PRÉVENTION RETRAITE ÎLE-DE-FRANCE (PRIF)

Numérique, renforcement musculaire, logement, mémoire...

Découvrez tous les ateliers du Parcours prévention

Contact.prif@prif.fr  
<https://prif.fr/> rubrique Participer à un atelier

### SECOURS POPULAIRE FRANÇAIS - FÉDÉRATION DE PARIS

Départs en vacances, permanences d'accueil spécialisées, aide alimentaire, vestimentaire, éducation populaire, sorties, loisirs.

01 53 39 13 49

[contact@secourspopparis.org](mailto:contact@secourspopparis.org)

<http://www.secourspopparis.org>

### SILVER FOURCHETTE

Chasse au trésor en partenariat avec l'association Wimoov et atelier de cuisine en mairie.

[paris@silverfourchette.org](mailto:paris@silverfourchette.org)

<https://www.silverfourchette.org/>

### THÉÂTRE DU CHAOS

Sensibilisation par le théâtre de prévention (problèmes de chutes, de risques d'accidents domestiques, d'aménagement du domicile, de la dénutrition notamment). Mise en place d'ateliers d'estime de soi.

01 43 61 90 05

[contacttheatreduchaos@gmail.com](mailto:contacttheatreduchaos@gmail.com)

<http://www.theatreduchaos.org/>

### UNIVERSITÉ PERMANENTE DE PARIS

L'Université permanente de Paris propose aux préretraités et retraités, à partir de 55 ans, un programme annuel d'activités culturelles réparties sur trois sessions : printemps, été et automne. Ces activités sont regroupées par filières (beaux-arts, philosophie, histoire, psychologie, musique...) avec des conférences, des promenades commentées et des ateliers.

[Casvp-Did-Sdspa-Upp@paris.fr](mailto:Casvp-Did-Sdspa-Upp@paris.fr)

<https://www.paris.fr/pages/loisirs-et-citoyennete-185>

### UNION NATIONALE DES RETRAITÉS ET PERSONNES ÂGÉES (UNRPA) - PARIS

Activités sportives et de bien-être (gym douce, tai-chi, réflexologie, sophrologie, technique Alexander, stimulation cognitive), de loisirs (ciné-club, jeux de société), artistiques (peinture, philo), permanences retraite et droits annexes et ateliers numériques d'accès aux soins (Doctolib + complémentaire santé).

14, rue Tlemcen

01 42 23 43 95

[paris@unrpa.fr](mailto:paris@unrpa.fr)

<http://paris-unrpa.fr/>



# Les formations et l'accompagnement au numérique



**Vous avez envie :**

- ⇒ de vous initier à Internet, au traitement de texte,
- ⇒ de créer une boîte mail,
- ⇒ de retoucher des photos.

De nombreuses formations sont proposées afin que vous puissiez vous familiariser avec les nouvelles technologies, quel que soit votre niveau en informatique.

### AMANDIERS CONNEXIONS

Formation numérique, aides aux démarches administratives et accès libre aux outils informatiques.

71, rue des Amandiers  
01 42 23 43 95  
amandiersconnexions@la20emechaise.org

---

### BELLEVILLE CITOYENNE - LA MAISON DU NUMÉRIQUE

Formation numérique, aides aux démarches administratives et accès libre aux outils informatiques.

07 67 59 37 06  
numerique@bellevillecitoyenne.fr

---

### CENTRE SOCIAL LES RIGOLES

Formation numérique, aides aux démarches administratives et accès libre aux outils informatiques.

70, rue des Rigoles  
01 47 97 62 81  
epn@csrigoles.fr

---

### DELTA 7

Cours d'informatique pour débutants et faux débutants sous format présentiel et distanciel.

06 98 61 84 41  
kmeddour@delta7.org  
<https://www.delta7.org/fr>

---

### EMMAÛS CONNECT

Accompagnement informatique et numérique individuel à domicile pour les seniors.

01 85 05 98 80  
<https://emmaus-connect.org/>

---

### E-SENIORS

Cours d'informatique pour débutants, intermédiaires et avancés, cours d'utilisation du smartphone (3 niveaux) et d'applications mobiles pour le bien-être, le contact social et la santé et ateliers (bien-être, loisirs et santé).

01 40 33 49 26  
info@eseniors.eu  
<https://www.e-seniors.asso.fr/>

---

### KOCOYA THINKLAB

Formation numérique de 8 à 10 séances de 1h30 à 2h.

01 83 79 11 11  
contact@kocoyathinklab.com  
[www.kocoyathinklab.com](http://www.kocoyathinklab.com)

---

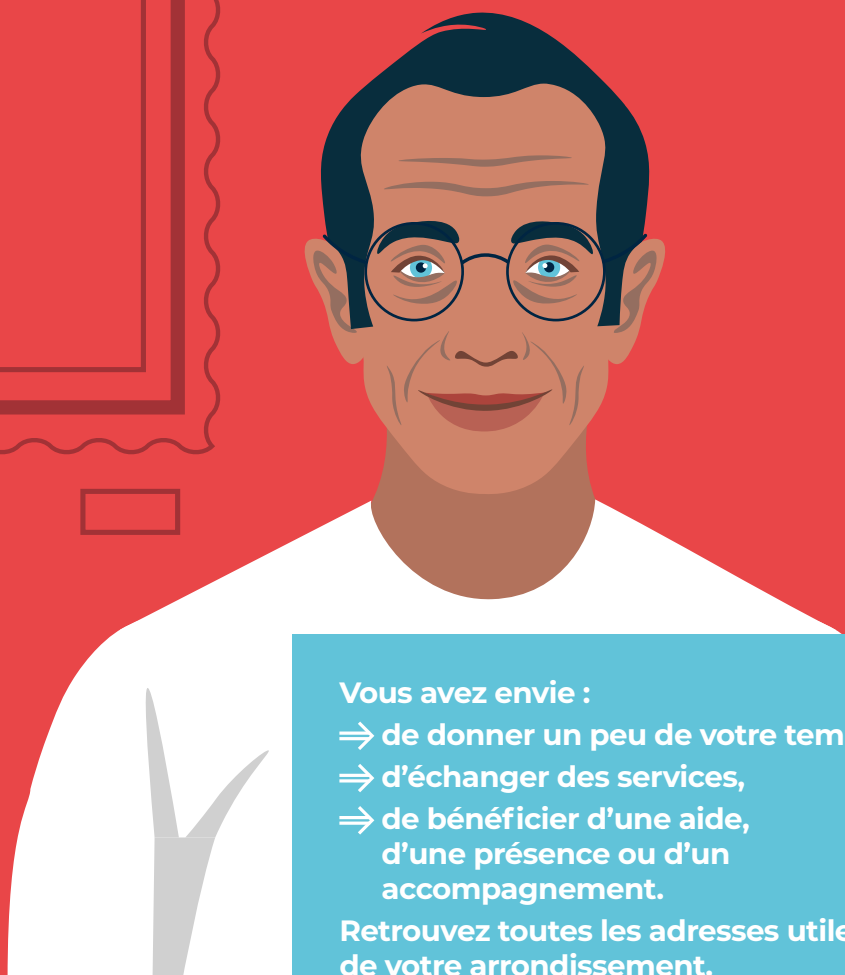
### MAISON DE LA MÉDIATION NUMÉRIQUE

Formation numérique, aides aux démarches administratives et accès libre aux outils informatiques.

39, boulevard Davout  
09 72 65 49 11  
Contact-mmm@asts.paris  
[www.asts.paris](http://www.asts.paris)

---

# Vie sociale et citoyenne



**Vous avez envie :**

- ⇒ de donner un peu de votre temps,
- ⇒ d'échanger des services,
- ⇒ de bénéficier d'une aide, d'une présence ou d'un accompagnement.

**Retrouvez toutes les adresses utiles de votre arrondissement.**

### **ACCORDERIE DU GRAND BELLEVILLE**

Échanges de services, ateliers collectifs et services groupés : sorties culturelles et sportives, petit bricolage, initiation et dépannage informatique, langues, yoga sur chaise, ateliers mémoire, cours de cuisine, partage de savoirs et savoir-faire.

43, rue des Panoyaux  
09 70 96 55 39  
belleville@accorderie.fr  
<https://www.accorderie.fr/parisbelleville/>

---

### **ASTRÉE**

Pour lutter contre l'isolement, accompagnement relationnel individuel en présentiel ou par téléphone.

01 45 83 95 00  
paris@astree.asso.fr  
<https://www.astree.asso.fr/>

---

### **AVEC NOS PROCHES**

Ligne d'écoute pour les proches aidants et ateliers (groupes d'échanges) par téléphone.

01 84 72 94 70  
contact@avecnosproches.com  
<https://www.avecnosproches.com/>

---

### **ENSEMBLE2GÉNÉRATIONS**

Mise en place de cohabitations intergénérationnelles (hébergement d'un jeune chez un senior).  
Accompagnement et suivi personnalisés.

07 84 44 27 41  
c.garnier@ensemble2generations.fr  
<https://ensemble2generations.fr>

---

### **FRANCE BÉNÉVOLAT**

Mise en relation d'associations avec des bénévoles et développement de projets intergénérationnels, écologiques et sociétaux.

01 40 61 97 98  
Francebenevolat-paris@hotmail.fr  
<https://www.francebenevolat.org/>

---

### **HOMIZ**

Mise en place de cohabitations intergénérationnelles (hébergement d'un jeune chez un senior).

01 84 60 67 92  
contact@homiz.eu  
www.homiz.eu

---

### **LE PARI SOLIDAIRE**

Mise en place de cohabitations intergénérationnelles (hébergement d'un jeune chez un senior).

01 42 27 06 20  
contact@leparisolidaire.fr  
<http://www.leparisolidaire.fr>

---

### **LES DISCUSSIONS SOLIDAIRES**

Appels de convivialité par des bénévoles.

06 62 82 82 03 (ne pas hésiter à laisser un message vocal)  
contact@lesdiscussionssolidaires.org

---

---

## **LES PETITS FRÈRES DES PAUVRES**

Espace d'écoute bienveillante par téléphone du lundi au dimanche, de 15h à 20h. Le numéro est gratuit, anonyme et confidentiel.

0 800 47 47 88

<https://www.petitsfreresdespauvres.fr/>

---

## **PARIS EN COMPAGNIE**

Accompagnements par des bénévoles à des sorties loisirs, médicales et administratives et appels de convivialité tous les jours, de 9h à 19h.

01 85 74 75 76

[allo@parisencompagnie.org](mailto:allo@parisencompagnie.org)

<https://www.parisencompagnie.org/>

---

## **UNIS-CITÉ**

Programme solidarité seniors : visites de convivialité hebdomadaires, jeux, sorties, activités numériques avec des jeunes en Service civique. En semaine de 9h à 17h.

06 63 98 58 29/07 64 68 42 31

[lfliiti@uniscite.fr](mailto:lfliiti@uniscite.fr) / [tvalery@uniscite.fr](mailto:tvalery@uniscite.fr)

<https://www.uniscite.fr/missions-service-civique-solidarite-seniors/>

# Aide et accompagnement



**Vous avez besoin :**

- ⇒ d'accéder aux aides municipales,
- ⇒ d'être aidé dans vos démarches administratives,
- ⇒ d'être accompagné pour faire face à des difficultés sociales ou à la perte d'autonomie d'un proche.

**Les services municipaux et les associations de votre arrondissement sont à votre disposition.**

---

## **ASSOCIATION POUR LA DIFFUSION DE L'INFORMATION POUR LA RETRAITE (ADIPR)**

### **Information retraite.**

2, place Gambetta  
01 43 73 27 40  
adipr75@gmail.com  
www.adipr.fr

---

## **ALMA PARIS (ALLÔ MALTRAITANCE PERSONNES ÂGÉES ET MAJEURS HANDICAPÉS)**

### **Écoute, conseils et orientation sur la lutte contre les maltraitances.**

01 42 50 11 25 (écoute) / 09 72 54 21 79  
(secrétariat)  
ecoute.alma75@gmail.com  
<https://alma-paris.org/>

---

## **AUTONOMIE PARIS SAINT-JACQUES**

**Dispositif d'aide et d'accompagnement à destination des aidants parisiens : ateliers d'information, ateliers d'éducation thérapeutique aidant/ainé, ateliers d'inclusion numérique.**

01 44 07 13 35  
contact.centre@m2a.paris  
<https://apsj.paris/>

---

## **CENTRE D'ACTION SOCIALE DE LA VILLE DE PARIS DU 20<sup>e</sup> ARRONDISSEMENT**

**Le CASVP veille à l'ouverture de vos droits aux aides municipales attribuées sous conditions, vous propose éventuellement un accompagnement social par les services sociaux de proximité (SSP) et vous informe sur les activités de loisirs à destination des seniors.**

62-66, rue du Surmelin  
01 40 31 35 00  
casvp-S20@paris.fr  
<https://www.paris.fr/CASVP>

## **MAIRIE DU 20<sup>e</sup> ARRONDISSEMENT**

**Retrouvez l'actualité de votre arrondissement sur le site de votre mairie ou renseignez votre adresse email sur la page d'accueil du site internet pour recevoir la lettre d'information.**

6, place Gambetta  
01 43 15 20 20  
<https://mairie20.paris.fr/>

## **MAISON DE LA VIE ASSOCIATIVE ET CITOYENNE DU 20<sup>e</sup> ARRONDISSEMENT**

**La Maison de la vie associative et citoyenne vous renseigne sur la vie associative locale.**

18, rue Ramus  
01 40 33 33 61  
maison.asso.20@paris.fr  
<https://www.paris.fr/equipements/maison-de-la-vie-associative-et-citoyenne-du-20e-arrondissement-3278>

### **MAISON DES AÎNÉS ET DES AIDANTS DE L'EST**

La Maison des aînés et des aidants de l'Est est un lieu ressources qui informe et conseille les personnes âgées et leur entourage confrontés à des situations de perte d'autonomie et de dépendance.

20, rue du Sergent Bauchat - 75012

01 58 70 09 10

contact.est@m2a.paris

<https://www.paris.fr/equipements/maison-des-aines-et-des-aidants-paris-est-11e-12e-et-20e-arrondissements-16338>

### **PARIS TRANQUILLITÉ SENIORS**

Dispositif d'accompagnement et de protection pour effectuer des opérations bancaires en toute tranquillité. Service gratuit et s'adressant aux personnes valides.

01 42 76 77 77

---

### **PIMMS DE PARIS**

Visites à domicile pour les personnes âgées et accompagnement sur leurs démarches administratives notamment numériques.

01 44 64 00 62

paris-est@pimms.org

---

### **RESSAC VOLONTARIAT**

Aide à la constitution des dossiers de retraite, conseil et accompagnement à la création d'entreprise.

07 88 94 37 59

contact@ressacvolontariat.org

<https://ressacvolontariat.org/>







## BON À SAVOIR

Les personnes de plus de 65 ans ou en situation de handicap peuvent s'inscrire sur le fichier REFLEX de la Ville de Paris pour être contactées en cas d'évènement majeur (canicule, crise sanitaire, crue...) et recevoir, si besoin, un accompagnement personnalisé.

Pour s'inscrire, rendez-vous sur [paris.fr](http://paris.fr) :  
[www.paris.fr/pages/services-en-ligne-202](http://www.paris.fr/pages/services-en-ligne-202)  
ou par téléphone au **3975**.



QR CODE (À l'aide de l'application appareil photo de votre téléphone, visiez le QR code et cliquez sur le lien qui apparaît).

Toutes les informations sur les :

- ▶ aides sociales,
- ▶ aides au transport,
- ▶ aides au logement,
- ▶ dispositifs pour les personnes en perte d'autonomie...

sont disponibles sur [paris.fr](http://paris.fr) rubrique services, solidarités, seniors à Paris :  
<https://www.paris.fr/seniors-a-paris>  
ou par téléphone au **3975**.

Le 3975 est accessible aux personnes malentendantes ou sourdes sur [acce-o.fr/client/3975\\_plateforme\\_paris](http://acce-o.fr/client/3975_plateforme_paris)  
Coût d'un appel local.

## BON À SAVOIR

Envie d'une activité dans un autre arrondissement ?

La cartographie « être senior à Paris » est disponible sur [paris.fr](http://paris.fr), rubrique services, seniors à Paris, loisirs et citoyenneté.

Ce document vous est proposé par la Conférence  
des financeurs de la prévention de la perte  
d'autonomie de Paris, instance présidée par la Ville  
de Paris,  
qui soutient, coordonne et renforce les initiatives  
locales concourant au bien vieillir et à la prévention de  
la perte d'autonomie des personnes de 60 ans et plus.

Cette instance est composée de 9 membres :  
la Ville de Paris, l'Agence régionale de santé, l'Agence  
nationale de l'habitat, la Caisse nationale d'assurance  
vieillesse, la Caisse primaire d'assurance maladie,  
la Sécurité sociale des indépendants, la Mutualité  
sociale agricole, les représentants des institutions  
de retraite complémentaire et la Fédération nationale  
de la mutualité française.

Septembre 2021