

## UN GUICHET UNIQUE ESPACE BEL ÂGE ET ESPACE AUBAGNE SENIORS POUR UN ACCUEIL COMMUN

Entretenir le lien social par les loisirs et les rencontres, favoriser l'autonomie par le sport adapté et les ateliers de prévention, lutter contre l'isolement et accompagner les seniors dans leurs démarches administratives, sont les missions de cet espace dédié aux Seniors.

8 et 10 avenue Joseph Fallen (ouvert du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 16h45).

### ESPACE AUBAGNE seniors

Service de la Ville d'Aubagne coordinateur des actions et des grandes manifestations seniors sur l'ensemble du territoire aubagnais, l'Espace Aubagne Seniors a pour mission d'assurer la prévention du bien vieillir, le maintien du lien social, la lutte contre l'isolement et l'accompagnement des seniors. Le service réalise et diffuse l'Actu des seniors (mensuel exhaustif des activités seniors sur l'ensemble des partenaires associatifs et institutionnels du territoire).

10 avenue Joseph Fallen | 04 42 18 19 05



La  
Semaine  
Bleue



### Espace Aubagne Seniors

10, rue Joseph Fallen - 13400 Aubagne - 04 42 18 19 05

Horaires d'ouverture

Du lundi au vendredi de 9h à 12h30 et de 13h30 à 16h45.

LES  
RENDEZ-VOUS  
SENIORS  
D'AUBAGNE

RA Les Tarafettes - Maisons de quartiers - Espace Aubagne Seniors - Parc Jean Moulin - Espace des Libertés - Théâtre Comœdia



# La Semaine Bleue à Aubagne

*Bouger ensemble pour entretenir la Flamme !*

du 30 septembre  
au 5 octobre 2024



Programme et informations sur [www.aubagne/semainebleue](http://www.aubagne/semainebleue)  
ou à l'Espace Aubagne Seniors  
10, av. Joseph Fallen à Aubagne | 04 42 18 19 05





## « Bouger ensemble pour entretenir la Flamme »

Chaque année, la *Semaine bleue* à l'occasion de la *Journée internationale des personnes âgées* ainsi que la *Journée nationale des aidants* nous rappelle l'importance de valoriser nos séniors. La *Semaine bleue* promeut une image positive du vieillissement et de la vieillesse en mettant en avant les contributions que tous les séniors, quels que soient leur âge, leur état de santé et leur niveau d'autonomie, peuvent apporter à notre ville.

Cette année, dans le cadre des Jeux Olympiques accueillis en France nous proposons aux Aubagnais des activités, des ateliers et des jeux sur le thème du sport et du bien-vivre avec son corps. Bouger, participer, échanger sont les clés essentielles de cette semaine d'animation et de partage à Aubagne.

Nous sommes profondément attachés au bien-être de tous les Aubagnais et en particulier de nos séniors à qui nous souhaitons une excellente *Semaine bleue* à Aubagne-en-Provence !

### Gérard Gazay

Maire d'Aubagne  
Vice-président du Conseil départemental des Bouches-du-Rhône  
Vice-président de la Métropole Aix-Marseille-Provence

### LUNDI 30 SEPTEMBRE

## JOURNÉE D'OUVERTURE DE LA SEMAINE BLEUE

**matin 9h**

### RA Les Taraïettes

Ateliers « Les gestes qui sauvent », démonstrations d'activités physiques et initiation à la gym douce en plein air dans le parc de la résidence.



**matin 11h**

### Ouverture officielle par M. le Maire Apéritif (offert)

**midi**

Possibilité pour tous les séniors de s'inscrire pour le repas au restaurant de la Résidence Les Taraïettes (12€85 par personne).

Inscriptions sur place (aux Taraïettes) du 11 au 18 septembre uniquement par chèque.

Renseignements au 04 42 70 02 32.

**après-midi 14h**

Concours amical de pétanque dans le parc des Taraïettes et terrains de boule de Palissy

Concours de lancer de pantoufle et chamboule tout.



Participation de la Maison du Bel Âge, du CCAS, de la Maison de quartier Bernard Palissy, de l'Espace Aubagne Seniors et du Service Prévention

Sur inscription à partir du 16 septembre à l'Espace Aubagne Seniors (sauf repas).

### MARDI 1<sup>ER</sup> OCTOBRE

## JOURNÉE INTERNATIONALE DES PERSONNES ÂGÉES JOURNÉE LUDIQUE

**après-midi 14h**

### Espace Aubagne Seniors, Maisons de Quartiers et Résidence Autonomie Les Taraïettes



### Lotos des clubs ES13

Lots « Semaine Bleue », goûter spécial avec l'ES13.



## SENIORS EN MOUVEMENT

Toutes les initiatives de la Semaine Bleue peuvent bénéficier d'un transport personnalisé et gratuit.

Informations et réservations au Pôle Séniors d'Aubagne au 04 42 18 19 05.

Gratuit toute la semaine !

### MERCREDI 2 OCTOBRE

## JOURNÉE SPORTS ET INTERGÉNÉRATIONS

Les sports olympiques et l'inter-génération seront mis à l'honneur toute la journée.

**matin de 9h30 à 11h30**

### LA MARCHÉ BLEUE au Village des scouts (rdv Parking Fenestrelles)

avec la participation des Centres de Loisirs de la Ville et de l'OMS.

Transports possibles avec le dispositif « Seniors en mouvement »

**midi de 12h à 14h**

Un pique-nique partagé sera possible au Parc Jean Moulin.

**après-midi de 14h à 16h30**

### LES JEUX OLYMPIQUES INTERGÉNÉRATION

### au village olympique du Parc Jean Moulin



Par équipe intergénérationnelle, relevez les nombreux défis :

- Basket Seniors
- Puzzle
- Parachute
- Ultimate
- Tir à l'arc
- Chamboule tout
- Pétanque molle
- Molky
- Parcours moteur ludique
- Catapulte
- Jeu d'adresse
- Criket

Remise des récompenses et goûter

Organisé par l'OMS d'Aubagne, en partenariat avec le comité régional FSCF Provence Alpes Côte d'Azur et la Ville d'Aubagne.

Pour toutes les activités de la journée, inscriptions à l'Espace Aubagne Seniors à partir du 16 septembre

### VENDREDI 4 OCTOBRE

## GRAND BAL DE LA SEMAINE BLEUE GRATUIT

**après-midi à partir de 14h**

### Espace des Libertés

À partir de 60 ans.

Sur inscription à partir du 16 septembre pour les détenteurs de la Carte Seniors et à partir du 17 septembre pour les autres à l'Espace Aubagne Seniors ou par téléphone au 04 42 18 19 05.



Venez récupérer votre Carte Sénior, le Guide de la Carte Seniors avec la liste des partenaires à l'Espace Aubagne Seniors



Retrouvez chaque mois toutes les actualités seniors proposées sur le territoire de la ville. Inscrivez-vous et recevez le mensuel L'Actu des Seniors par mail en communiquant vos coordonnées à l'Espace Aubagne Seniors.

Pour connaître toutes les activités et ateliers réguliers, renseignez-vous :

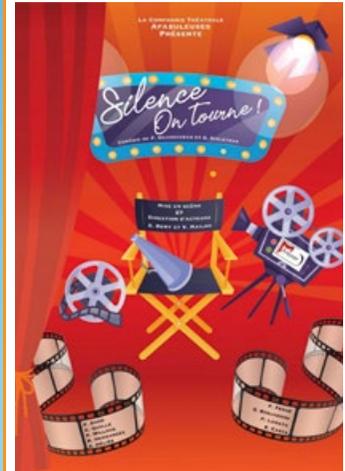
Espace Aubagne Seniors  
✉ poleseniors@aubagne.fr  
☎ 04 42 18 19 05

### SAMEDI 5 OCTOBRE

## JOURNÉE CULTURE

**après-midi à 16h**

### Théâtre Comœdia



## SILENCE ON TOURNE !

de P. Haudecœur et G. Sibleyras

Une équipe de cinéma a investi un théâtre pour le tournage d'un film. Aujourd'hui, on met dans la boîte la séquence du mari trompé qui interrompt la représentation pour tuer l'amant de sa femme.

Au cours du tournage, on va découvrir que le producteur est véreux, que le réalisateur, amoureux de la jeune actrice et dévoré de jalousie, s'est promis de démasquer son rival pour lui faire la peau.

L'éternel second rôle, quant à lui, est prêt à tout pour faire décoller sa carrière et l'assistant réalisateur doit ménager les uns et les autres d'autant qu'il rêve de réaliser son premier film avec la jeune actrice dans le premier rôle. Qui-proquos et surprises sont au rendez-vous pour le public.

Préparez vos zygomatiques.

Par la C<sup>o</sup> Afabuleuses

Tarif : 15€

Tarif Senior Semaine Bleue : 12€

Réservation à l'accueil du théâtre Comœdia ou sur la billetterie en ligne : [comoedia-aubagnebilletterie.mapado.com](http://comoedia-aubagnebilletterie.mapado.com)