

Espace Aubagne Seniors

10 Avenue Joseph Fallen
04 42 18 19 05

poleseniors@aubagne.fr

Horaires 9h – 12h30
13h30 – 16h45

Pour tout paiement,
merci de prendre rdv
avant
de se déplacer.
Pas de carte Bleue.



Police 17

Urgences médicales 15
Séniors en Mouvement

04 42 18 19 05

CCAS Petits travaux à domicile

04 42 18 19 54

Plateforme juridique
Séniors

04 42 18 19 01

Aubagne en Direct

08 00 18 19 19

FRAP 0800 00 66 23

Police Municipale

04 42 18 19 39

Numéro national

d'opposition à la carte bancaire en cas de Perte ou

de vol (Toutes banques)

0 892 705 705



Espace Bel
Âge

04 13 31 69 60



Fil Rouge
Alzheimer

04 42 18 17 82



Pôle Infos
seniors

04 42 18 19 05

citoyenneté
échanger créer décider

MARDI 4 MARS de 9h à 12h
Opération zéro déchet
sur le Marché



Entrée de
l'Espalanade De Gaulle

CONSEILS
de QUARTIER

MARDI 18 MARS à 18h
Conseil de quartier
de la Tourtelle

Maison de quartier de la Tourtelle

DIMANCHE 23 MARS de 9h à 12h
Le petit marché

Une main pour les aidants
Cours Foch Haut



25 MARS à 18H Espace des Libertés

CONSEIL MUNICIPAL



SAMEDI 29 MARS de 8h15 à 12h
Cours Foch

Venez demander votre carte seniors et son guide des avantages à l'accueil de l'Espace Aubagne Seniors.
Documents nécessaires :
carte d'identité et justificatif de domicile



médiathèque
Marcel Pagnol – Aubagne

1^{er} ET 15 MARS à 17h30
Concert des élèves de Juan Carmona (sur inscription)

22 MARS à 17h30
Spectacle restitution résidence Pictur Music Philippe Gastine (sur inscription)

26 MARS à 10h et 11h
Éveil Musical avec le conservatoire (sur inscription)

26 MARS à 14h et 15h
Printemps des poètes (sur inscription)

26 MARS à 16h
Moment musicaux Clarinette

29 MARS à 10h et 14h
Bourse aux photos de classe avec les amis du Vieil Aubagne

04 42 18 19 90

AUBAGNE

Atelier des
Aidants

Un rendez vous mensuel comprenant :

Un groupe de parole encadré par une psychologue (1h30)

Un temps "bien-être" :
Sophrologie, Yoga,
arts plastiques, danse, (1 h)

cyril.pariaud@aubagne.fr

Maison de la Vie Associative,
140 allée Robert Govi, 13400 Aubagne

LES
PÉNITENTS
NIRS

VENDREDI 7 MARS à 18h30
Présentation du programme 2025

DU 22 MARS AU 5 AVRIL
Exposition Fabrice Leroux

04 42 18 17 26

L'ACTU • DES SENIORS

Mensuel d'information des Seniors de la Ville d'Aubagne

MARS 2025

CÉLÉBRONS ENSEMBLE LES 130 ANS DE MARCEL PAGNOL !

CENTRE VILLE CARNIVAL À LA BELLE ÉPOQUE

1^{er} Mars

DÉAMBULATION MUSICALE - CONCOURS DE COSTUMES - DANSES D'ÉPOQUE
JEUX EN BOIS - STAND DE MAQUILLAGE - CRIEUR DE RUE ... ET PLUS ENCORE !

10h
ouverture de la journée par Mr le Maire et AD2C

Cours Barthélemy

Dans toute la ville

10h-17h
Promenades en charettes et marché des brocanteurs, animations diverses

Esplanade De Gaulle

15h
Défilé des chars

17h
caramantran brûlé

17h30/20h
concert guinguette

19h
Grand Feu d'Artifice
Stade de Lattre

Recevez « l'actu des Séniors » par mail, en communiquant vos coordonnées à l'Espace Aubagne Séniors.

Si vous voulez ne rien manquer de l'actualité aubagnaise, inscrivez-vous à la Newsletter hebdomadaire de la ville d'Aubagne. Pour ce faire, rendez-vous sur www.aubagne.fr/newsletter et laissez-vous guider ou envoyez un mail à contact@aubagne.fr en précisant vos nom et prénom.

ALERTE SMS AUBAGNE
ABONNEZ-VOUS ICI

Crue de l'Huveaune, incendie, chute de neige exceptionnelle...
soyez informé au plus vite en vous inscrivant à l'alerte SMS sur www.aubagne.fr colonne de gauche puis en suivant les instructions.



Ouvert du lundi au vendredi
de 9h à 12h30
et de 13h30 à 16h45
Pas de prise d'inscription
sur répondeur

ESPACE AUBAGNE
seniors

10, av Joseph Fallen
04 42 18 19 05
poleseniors@aubagne.fr

AUBAGNE
en Provence

ESPACE AUBAGNE seniors

Retrouvez toutes les activités et ateliers réguliers de l'Espace dans le livret d'activité 2024/2025 et sur le site d'Aubagne et la newsletter de la ville



ON PREND L'AIR !

JEUDIS 6 ET 20 MARS
Friche de la Belle de mai
Venez visiter un lieu atypique

JEUDI 13 MARS
Notre Dame de la Garde
Transport Gratuit
en minibus sur inscriptions
Départs à 13h
devant l'Espace Seniors

Mon Atelier bien-être

LUNDI 14 AVRIL à 14h

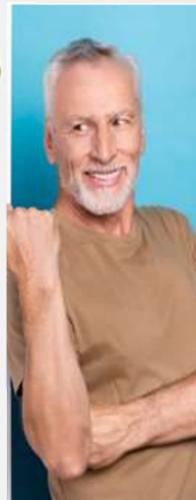
Croquez la vie
atelier sur la santé bucco-dentaire

Mutualité Française
 MUTUALITÉ FRANÇAISE

LES JEUDIS 6, 13, 20 et 27 MARS à 9h30
Mon atelier bien être
L'Asept Brain Me Up

LES VENDREDIS DU 4 AU 25 AVRIL à 10h30
Mon atelier Pilates ASEP

Gratuit



Check-Up santé
Ouvert aux jeunes de plus de 60 ans

ENTRÉE LIBRE

JEUDI 20 MARS 2025
De 9H00 à 16H30

Espace des libertés
Avenue Antide Boyer
AUBAGNE

Ateliers de prévention et d'informations
Bilan nutritionnel, test de condition physique, bilan visuel, bilan auditif, bilan mémoire, glycémie, stands d'informations, ergothérapie, initiation aux techniques de relaxation...

BAL CARNAVAL DES SENIORS

27 MARS à 14h au Bras d'Or

CONCOURS AMICAL DU DÉGUISEMENT LE PLUS ORIGINAL

Déguisements bienvenus, mais non obligatoires.

Tarifs : 6,20€ et 9,20€ le couple Hors Aubagne : 9,20€ et 13,20€ le couple

INSCRIPTIONS :

à partir du 5 mars pour les détenteurs de la carte seniors.

À partir du 6 mars pour tous.

Jours et Horaires :

Du lundi au vendredi, sauf mercredi matin
de 9h à 12h et 13h30 à 16h.

es13
L'ESPACE DES SENIORS

Partenariat ES13 et Espace Aubagne Seniors

AUBAGNE en Provence

RANDONNÉES

VENDREDI 25 AVRIL

La Cadière d'Azur
Vallée du Degoutant
8,5km dénivelé : 250 m
prévoir bouteille d'eau et
bonnes chaussures de marche



SORTIES EN GRAND BUS

VENDREDI 4 AVRIL 72€

Coulisses du Carnaval à Nice
Visite guidée du musée du Carnaval
Démonstration de confection
de grosses têtes.
Départ 7h00 Gare routière, 7h15 Pin vert



Cartes ES13, Inscriptions secrétariat ES13, 9 et 10 Avenue Joseph Fallen 04 42 01 63 01

Aubagne en Mars

SAMEDI, DIMANCHE 1^{er} et 2 MARS à 14h

Festival d'avant la pluie

Trétaux du Charrel et la troupe du songe
Distillerie

Lotos

DIMANCHE 2 MARS à 15h

Clos Marie Antoinette
Lcr du clos Marie Antoinette



SAMEDI 15 MARS à 15h

Cercle de Beaudinard
école de beaudinard

DIMANCHE 16 MARS à 14h

Rotary Club d'Aubagne
Salle du Bras d'Or

SAMEDI 22 MARS à 14h

Le Souvenir Français
Salle du Bras d'Or



SAMEDI 22 MARS

APE de l'école Sainte Marie
Espace des Libertés

DIMANCHE 23 MARS à 14h30

Estello Aubanenco
Salle du Bras d'Or

DIMANCHE 23 MARS à 14h

9 Sourires en Asie
Espace des Libertés

SAMEDI 29 MARS à 16h

À travers les yeux de Lucas
Salle du Bras d'Or

DIMANCHE 30 MARS

APE Perussonne
Salle du Bras d'Or



JOURNÉE INTERNATIONALE POUR LES DROITS DES FEMMES

DU 1^{er} AU 15 MARS

Exposition Science Taille XX elles
Entrée Libre Médiathèque

SAMEDI 8 MARS 11h

100 femmes aubagnaises
matinée conviviale et d'échanges et buffet
Étoile du sud 06 15 06 12 64
Espace des Libertés (réservée aux femmes)

à 17h30 Lecture concert autour de Sand et Chopin
Médiathèque

à 20h Stand up Charlotte Ferrato « Elles-mêmes »
Comoedia

LUNDI 17 MARS

Journée de sensibilisation auprès des lycéens et étudiants. Projection du film « Women », pique-nique, création de fresques et tables rondes.
Espace des Libertés

LUNDI 10 MARS à 19h30

Projection du film «les jours meilleurs»
Rotary Club Cinéma Marcel Pagnol

SAMEDI 15 MARS de 9h à 14h

Brocante Vinyl Cours Foch Haut



De 10h à 22h

Festival Télé, cinéma, théâtre
Avec la participation de Francis Huster, Catherine Jacob, Olivier le jeune, Bernard Menez.
Entrée Gratuite sur réservation : www.ad2c.org
Espace des Libertés

AUBAGNE en Provence

CCAS de la Ville d'Aubagne



Toutes les informations et inscriptions à l'Espace Aubagne Seniors 04 42 18 19 05