

## Espace Aubagne Seniors

10 Avenue Joseph Fallen  
04 42 18 19 05

[poleseniors@aubagne.fr](mailto: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

Centre Communal d'Action Sociale

**CCAS**  
de la Ville d'Aubagne

A l'occasion des fêtes de Noël, le Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) attribue une aide de fin d'année aux séniors âgés de 65 ans et plus, disposant de ressources modestes.

Pour bénéficier du colis de Noël du CCAS de la ville d'Aubagne, le revenu fiscal de référence 2024 doit être inférieur ou égal à **12 411,44 €** pour une personne seule, à **19 268,80 €** pour un couple.

Les inscriptions sont à réaliser à l'accueil du CCAS à **partir du 1er septembre et jusqu'au 15 octobre 2025.**

### Documents à fournir :

Pièce d'identité  
Justificatif de domicile de moins de 3 mois  
Avis de non-imposition 2025 sur les revenus 2024, indiquant une adresse à Aubagne

**Horaires :**  
de 9h à 12h et de 14h à 17h  
**Tout dossier incomplet ne pourra être instruit par le CCAS.**

La distribution, une fois inscrit, aura lieu le **9 décembre 2025** à l'Espace des Libertés, salle Simone Veil.

Venez demander votre **carte seniors** et son guide

à l'Espace Aubagne Seniors.  
Documents nécessaires : **carte d'identité** et **justificatif de domicile**



médiathèque

**SAMEDI 4 OCTOBRE à 10h**

**Atelier d'écriture :**

« Les magiciens des mots »

Sur inscriptions **04 42 18 19 90**

**Castagnade**

**Jeudi 20 novembre à 14h**

**ESPACE BRAS D'OR**

Inscriptions par téléphone à l'Espace Aubagne Seniors à partir du 29 octobre du lundi au vendredi de 9h à 12h et de 14h à 16h45, sauf mercredi matin  
Transport possible sur réservation au 04 42 18 19 05

**GRATUIT** sur inscription  
Offert par la Ville d'Aubagne  
Réservé aux séniors aubagnais  
Inscriptions selon les places disponibles



Tous les mois, à compter du samedi 4 octobre, la **librairie les Furtifs** (21 rue de la république) proposera des ateliers « dessin animé »  
Renseignements à la librairie au **04 42 62 63 77**



**Du 6 au 10 octobre**

**« Vieillir une force à partager »**

**PROGRAMME DÉTAILLÉ À L'ACCUEIL DE L'ESPACE AUBAGNE SENIORS**



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](http://www.aubagne.fr/newsletter) et laissez-vous guider ou envoyez un mail à [contact@aubagne.fr](mailto:contact@aubagne.fr) en précisant vos nom et prénom.



**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](http://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**

**10, av Joseph Fallen**

**04 42 18 19 05**

[poleseniors@aubagne.fr](mailto:poleseniors@aubagne.fr)

**AUBAGNE**  
en Provence



Route Européenne  
de la CÉRAMIQUE

## ON PREND L'AIR

**MERCREDI 1<sup>er</sup> et 29 OCTOBRE**  
Village du Castellet

**JEUDI 2 ET 16 OCTOBRE**  
Visite St Maximin et sa Basilique

**MERCREDI 15 ET 23 OCTOBRE**  
L'Etaque et ses Chichis

**MERCREDI 22 OCTOBRE**  
Marché de Sanary (9h-16h)

**JEUDI 30 OCTOBRE**  
Promenade à St Cyr

Transport Gratuit  
en minibus sur inscriptions  
Départs à 13h15  
devant l'Espace Seniors  
Inscription à partir du 25 Septembre

## Vacances d'automne

**Du 20 au 31 octobre**

**LUNDI 20 OCTOBRE 14h-16h**  
Cours de gym Douce au Parc Jean Moulin

**MARDI 21 et JEUDI 23 OCTOBRE 8H15-12H**  
Marche rapide à La Ciotat

**ACCUEIL JEUX DE SOCIÉTÉ :**  
Les jeudis et vendredis de 13h30 à 17h

**VENDREDI 24 et JEUDI 30 OCTOBRE 14h**  
Concours de contrée entre amis

**LUNDI 27 OCTOBRE**  
Sortie journée : Visite culturelle à Marseille

**VENDREDI 31 OCTOBRE**  
Sortie restaurant Indien : le TAJ  
Inscriptions à partir du 13 octobre

## Partenariat ES13 et Espace Aubagne Seniors

### RANDONNÉE

**VENDREDI 12 DÉCEMBRE 11,50€**  
**LE ROVE Fort de Figuerolles**  
certificat médical obligatoire  
9km, dénivelé 300m, 5 heures de marche  
Prévoir bonnes chaussures de marche,  
eau et pique-nique.  
certificat médical obligatoire

### SORTIE

**VENDREDI 28 NOVEMBRE 37€**  
**La Jonquera**  
Repas libre  
Départ 6h15 Pin Vert

Carte ES13, inscriptions, secrétariat ES13,  
9 et 10 av. Joseph Fallén : 04 42 01 63 01

## Ateliers confection bracelets, porte clés, attrape rêves pour Octobre Rose

Tous les lundis et mercredis à 13h30  
à l'Espace Aubagne Seniors  
jusqu'au 15 Octobre  
sauf durant la semaine bleue

**VENDREDI 17 OCTOBRE à 19h**  
**Conférence et débat « l'après cancer »**  
Théâtre Comoedia  
**SAMEDI 18 OCTOBRE 9h30 à 17h**  
**Marche rose solidaire, restauration, foot féminin et stands**  
Stade de Lattre de Tassigny

**Octobre rose**

## Mes Ateliers Bien-Être

### Bouger en douceur, Stop à la douleur !

**GRATUIT SUR INSCRIPTION**

**Inscriptions à partir du 16 octobre**

**Jourdis**  
06-13-20-27 novembre  
04 décembre  
**de 9h à 10h30**

**Espace Aubagne Seniors**  
10 avenue Joseph Fallén

Inscription, renseignements :  
04.42.18.19.05  
polseniors@aubagne.fr

Nos partenaires :

### PRÉVENTION DES CHUTES, GESTES DE 1<sup>er</sup> SECOURS

**ATELIER GRATUIT**  
4 séances de 2h animées par un professionnel  
Pour les jeunes de 60 ans et +

**Gratuit sur inscription**

**Aïe Aïe Aïe... Ça va faire mal !**

**Les vendredis 7, 14, 21 et 28 novembre 2025**  
De 9h30 à 11h30 à l'Espace Aubagne Seniors  
10 avenue Joseph Fallén - 13400 Aubagne

Inscrivez-vous auprès de l'Espace seniors  
Tél. : 04 42 18 19 05

Cet atelier destiné aux seniors souffrants de maladies et/ou douleurs chroniques, permet de :

- pratiquer une activité physique adaptée,
- vaincre les craintes liées à la douleur,
- améliorer son bien-être et sa santé.

Bien vieillir

## LES LUNDIS ET MERCREDIS 20, 22, 27 ET 29 OCTOBRE de 14h à 17h LES MERCREDIS 5 ET 12 NOVEMBRE de 10h à 12h

### initiation au crochet et fabrication d'objets pour le Téléthon 2025

Espace Aubagne Seniors

**Téléthon VENDREDI 5 DÉCEMBRE ET SAMEDI 6 DÉCEMBRE**

## Aubagne en Octobre

### BROCANTE

**SAMEDI 18 OCTOBRE**  
De 8h à 18h **VIDE GRENIERS** avec l'association la Mesnie de Brocéliandre  
Cours foch Haut  
De 9h à 16h **BROCANTE** Cours Foch bas

**JEUDI 30 OCTOBRE de 9h30 à 12h**  
**Tri selectif, réemploi et biodéchets**  
avec l'association Coopération Planet  
Inscriptions à partir du 13 octobre

**GRATUIT**

**TOUS LES VENDREDIS de 11h à 12h**  
**Créneaux piscine spécial seniors**  
Inscriptions la semaine précédente

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

**Samedi 18 octobre**  
**la dictée MARCEL PAGNOL**

**à 13h30**  
Espace des Libertés à Aubagne

[aubagne.fr/dictee](http://aubagne.fr/dictee) ou  
[aubagnedeveloppementcultureetcreation.com](http://aubagnedeveloppementcultureetcreation.com)

**28, 30 OCTOBRE de 8h à 17h**  
**Vente exceptionnelle de fleurs**  
Esplanade De Gaulle

**31 OCTOBRE**  
Cours Foch