

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

Entretien du 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.

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).



Espace Aubagne Seniors

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

Horaires d'ouverture

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



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



Viellir une force à partager



du 6 au 10 octobre



Programme et informations sur www.aubagne/semaine-bleue ou à l'Espace Aubagne Seniors



« Vieillir une force à partager »

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 prendre soin de 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 comme par le passé, du 6 au 10 octobre, de nombreux événements sont proposés : bal d'ouverture, activités intergénérationnelles, marche, pique-nique et après midi sportive, journée de bien-être et de prévention.

Excellente Semaine bleue à Aubagne-en-Provence !

LUNDI 6 OCTOBRE

JOURNÉE D'OUVERTURE DE LA SEMAINE BLEUE : GRAND BAL GRATUIT

après-midi 14h

Espace des Libertés

à partir de 60 ans
Ouverture officielle de la
Semaine Bleue par M.Le Maire.
« Nos Seniors ont du talent »
Chorale de seniors et après-midi
dansante avec goûter.

Inscriptions à partir du 16
septembre pour les détenteurs de
la carte seniors, à partir du 17
septembre pour tout demandeur à
l'Espace Aubagne Seniors ou
par téléphone au 04 42 18 19 05



Venez récupérer votre
carte senior, le guide de la
carte senior avec la liste
des partenaires à l'Espace
Aubagne Seniors avec
votre carte d'identité et un
justificatif de domicile



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

MARDI 7 OCTOBRE

JOURNÉE LUDIQUE SUR TOUTE LA VILLE

après-midi 14h

Espace Aubagne Seniors,
Maisons de quartiers
et Résidence Autonomie
«Les Taraiettes»



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
à l'Espace Aubagne Seniors
au 04 42 18 19 05.

Gratuit
toute la
semaine !

MERCREDI 8 OCTOBRE

JOURNÉE SPORTS, INTERGÉNÉRATION ET INCLUSION

L'inclusion, le sport et l'intergénération 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, de l'OMS, des élèves du lycée Gustave Eiffel, des randonneurs de l'ES13, Maison du Bel Âge et de l'Espace Aubagne Seniors.

Transport possible sur inscription avec le dispositif
«Seniors en Mouvement»

midi de 12h à 14h

PIQUE-NIQUE PARTAGÉ

au Parc Jean Moulin.

après-midi de 14h à 16h30

JEUX ET DÉFIS
INTERGÉNÉRATION
au Parc Jean Moulin

Par équipe intergénérationnelle, venez relever de nombreux défis,



La journée est organisée par l'OMS, en partenariat avec la Ville d'Aubagne, l'ES13, la Maison du Bel Âge, les élèves du lycée Gustave Eiffel, et la mission Handicap de la Direction Citoyenneté et Solidarités. Inscriptions à l'Espace Aubagne Seniors. (en cas de pluie, l'après-midi sera dérogatoire à l'Espace des Libertés)

JEUDI 9 OCTOBRE

JOURNÉE «ET SI ON SORTAIT» GRAND SPECTACLE DE CABARET

après-midi à partir de 15h30

Théâtre comœdia
GRAND SPECTACLE DE
CABARET avec la compagnie

Frenchy Spectacle de l'association
Flora Evènements



100% est un spectacle consacré aux plus grands noms et aux plus grands tubes de la chanson française, entièrement chanté en direct.

De l'émotion, de la nostalgie, du plaisir partagé. Un hommage à ces artistes incontournables que tout le monde connaît. *Edith Piaf, Yves Montand, Joe Dassin, Jacques Brel, Dalida, Michel Fugain, Charles Aznavour, Dave, Michel Sardou, Céline Dion, Dany Brillant, Jean-Jacques Goldman ... et bien d'autres, sans oublier l'incontournable Johnny.*

Laissez-vous envoûter par l'élégance et la beauté des danseuses, par l'énergie et les voix en or des chanteurs, par la splendeur des costumes, ...

100%, c'est une succession de tableaux, plus époustouflants et entraînants les uns que les autres, pour un moment 100% Bonheur !

Tarif : 12€
Réservations à l'accueil du théâtre Comœdia ou sur billetterie en ligne : comedia-aubagnebilletterie.mapado.com ou à la billetterie de l'ES13

VENDREDI 10 OCTOBRE

JOURNÉE PARTAGE, BIEN ÊTRE ET PRÉVENTION

matin de 9h à 12h

Espace des Libertés

ATELIERS CUISINE

avec l'association «Les Insatiables» un atelier co-animé par une diététicienne nutritionniste et une cheffe de cuisine pour aborder le thème « une alimentation équilibrée pour les plus de 60 ans » Les groupes femmes des Maisons de quartiers du Charrel et du Centre-Ville prépareront des salades composées et les élèves de Corot Formation des desserts froids



midi de 12h à 13h30

REPAS PARTAGÉ À
L'ESPACE DES LIBERTÉS

après-midi de 13h30 à 17h

« LES NOUVELLES TECHNOLOGIES : QUEL IMPACT SUR NOTRE CERVEAU ? »

CONFÉRENCE AVEC L'ASEPT



ATELIERS LUDIQUES :

Initiation aux voyages au moyen de casques virtuels proposée par la Maison du Bel Âge. L'intelligence artificielle et les smartphones adaptés aux seniors avec l'ES13.

Inscriptions à l'Espace Aubagne Seniors à partir du 16 septembre pour toutes les activités de cette journée.