

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



ES13

04 42 01 63 01



Espace Bel Âge

04 13 31 69 60



Fil Rouge

Alzheimer

04 42 18 17 82



Pôle Infos

seniors

04 42 18 19 05

The Cycling Event à Aubagne du 17 au 19 AVRIL
Visite guidée « Aubagne dans les yeux de Marcel »
JEUDIS 09, 16, 23 et 30 AVRIL
Mini-circuit urbain guidé « D'Aubagne à La Treille »
JEUDIS 09, 16, 23 et 30 AVRIL
Randonnée « Petit Marcel cinéaste en herbe »
MERCREDIS 08, 15, 22 et 29 AVRIL
Jeu de piste « Lili au pied de Garlaban » kit de jeu à retirer à l'Office de Tourisme
Atelier de reliure "Friglou" SAMEDI 11 AVRIL après-midi
Balade découverte des plantes sauvages SAMEDI 11 AVRIL matin
Plus d'infos sur tourisme-paysdaubagne.fr
ou www.tourisme-paysdaubagne.fr ou 04 42 03 49 98



médiathèque
Maison, Plaisir, ... Aubagne

MERCREDI 4 AVRIL à 10h

Médiathèque

Atelier d'écriture

animé par Joëlle Sayour

SAMEDI 11 AVRIL à 15h

Initiation à

l'esprit critique

MERCREDI 29 AVRIL à 15h

Le monde fabuleux

des insectes

Renseignements et
inscriptions médiathèque
04 42 18 19 90

LES PÉNITENTS NOIRS

VENDREDI 10 AVRIL à 18h

Vernissage « Odyssée Dao »

ouvert sans inscription

DU 11 AU 30 AVRIL exposition

MERCREDI 15 AVRIL à 10h

Atelier d'argile Bas relief

JEUDI 23 AVRIL à 9h30 et 11h

Escape game aux pénitents

Sur réservation
Chapelle des pénitents
04 42 18 17 26

ATELIERS OUVERTS À TOUS LES SENIORS

Ateliers : mémoire ludique, médiation animale et équine
avec Mme Marrou LENA, chant collectif, bien être yoga,
activité physique adaptée, crêpes party

Renseignements Maison de Fanny et Résidence seniors Damecosi
04 42 84 53 40



Venez demander votre

carte seniors

et son guide des avantages
à l'Espace Aubagne Seniors.

Documents nécessaires :

carte d'identité

et justificatif de domicile



BAL EN BLANC

30 AVRIL

au

Bras d'Or



Seniors aubagnais
6€60 et 9€60 le couple
Hors Aubagne
9€60 et 14€20 le couple

Inscriptions à partir
du 10 avril
du lundi au vendredi
9h à 12h et 14h à 16h
Sauf Mercredis matin

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.



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.



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

ESPACE AUBAGNE seniors

Ouvert du lundi au vendredi
de 9h à 12h30
et de 13h30 à 16h45



Route Européenne
de la CÉRAMIQUE

ESPACE AUBAGNE seniors

Retrouvez toutes les activités régulières dans le livret d'activités de l'Espace Aubagne Seniors.

Vacances de printemps

LUNDI 13 AVRIL de 10h à 16h

Rencontres et grand jeu intergénération

Matinée jeux de société, pique nique à l'Espace Seniors et concours de pétanque

LES 13,16, 17, 20, 23 AVRIL de 14h à 17h

Jeux de société et cartes

MARDI 14 AVRIL à 8h45

Visite d'un jardin potager, et JEUDI 16 AVRIL à 9h

Réaliser ses légumes lacto fermentés



Les INSATIABLES
Groupes SOS

MERCREDI 15 AVRIL à 14h

VENDREDI 17 AVRIL à 9h

Atelier intergénération

« Échanges de savoir faire »

avec le conseil municipal des jeunes et les seniors : Crochet VS smartphone

MERCREDI 15 AVRIL à 14h

Gym douce en plein air

Parc Jean Moulin

VENDREDIS 17 ET 24 AVRIL à 14h

Concours amicaux de contrée

LUNDI 20 AVRIL à partir de 9h

Concours de pétanque

Repas partagé avec les participants en partenariat de la Maison du Bel Âge.

MERCREDI 22 AVRIL de 10h à 15h

Atelier intergénération

« Échanges de savoir faire »

« Foot pied d'immeuble » et les seniors :

Crochet : réalisation de couvertures pour la maison du partage au Charrel avec pique nique

JEUDI 23 AVRIL à 11h15

Sortie restaurant à la Font de mai

Repas l'Aioli 24€

A 14h Initiation au chant Tarif : 5€

Association les arts de la voix d'Aubagne

Inscriptions à partir du 27 mars



SAMEDI 4 AVRIL à 15h

CARNAVAL EN CENTRE VILLE

Avec la participation des ateliers intergénération Seniors.

ON PREND L'AIR

MERCREDI 1er AVRIL

La maison Sainte victoire ST Antonin-sur-Bayon

JEUDI 2 AVRIL

Escale Borély et pause café

MERCREDIS 8 ET 29 AVRIL

Bandol promenade

JEUDI 9 AVRIL

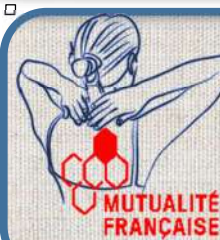
Notre Dame de la Garde

Transport Gratuit sur inscriptions

RDV à 13h15

devant l'Espace Aubagne Seniors
Inscriptions à partir du 24 mars

Mes Fêtes Bien Être



LUNDI 13 AVRIL de 10h à 12h

avec la mutualité française

Les doigts de fée

Initiation à l'automassage
Inscriptions gratuites
selon les places disponibles.



YOGA DU RIRE

Venez rire sans raison C'est tellement bon !

9,30 AVRIL ET 7,21,28 MAI

de 10h à 11h avec l'ASEPT

inscriptions gratuites



Toutes les informations et inscriptions à l'Espace Aubagne Seniors, 10 av Joseph Fallen 04 42 18 19 05



Partenariat ES13 et Espace Aubagne Seniors



RANDONNÉE

Guide et animateur Ville d'Aubagne

VENDREDI 12 JUIN 11,50€

SIGNES-SIOU BLANC

8h30 sous la passerelle du Bras d'Or

certificat médical obligatoire

Prévoir, bonnes chaussures de marche. eau et pique nique.



SORTIES avec animateur Ville d'Aubagne

VENDREDI 29 MAI38€

JOURNÉE AU PERTHUS

Départ : 6h Cours Barthélémy

6h15 Pin Vert

Carte ES13,

Inscriptions secrétariat ES13, 9 et 10 av. Joseph Fallen 04 42 01 63 01



Aubagne en Avril



LES 4, 5, AVRIL et 1er MAI la journée

Vente Exceptionnelle de fleurs

à l'Esplanade De Gaule

LE 6 AVRIL au Cours Foch



TOURNOIS DE PÉTANQUE INTERCLUB DE L'ES13

VENDREDI 27 MARS : Aix le Tholonet VENDREDI 30 MARS : Marseille Beaumont

MERCREDI 1 AVRIL : Carry le Rouet MERCREDI 8 AVRIL : Aubagne

JEUDI 9 AVRIL : Pélassane LUNDI 13 AVRIL : St Martin de Crau

Inscriptions et renseignements auprès du bureau et des délégués de l'ES13
9 et 10 av. Joseph Fallen 04 42 01 63 01

Lotos

VENDREDI 3 AVRIL à 18h APE La Perussonne au Bras d'Or

VENDREDI 10 AVRIL à 18h APE Antide Boyer au Bras d'Or

DIMANCHE 12 AVRIL à 14h Les Pirates de l'association Tortuga au Bras d'Or

MARDI 14 AVRIL à partir de 14h30 Résidence «Les collines d'Augustine »

70, chemin du bon civet

Inscriptions au **06 64 36 89 44**