

## Espace Aubagne Seniors

10 Avenue Joseph Fallen  
04 42 18 19 05

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

**Horaires** 8h45 – 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



Secrétariat ES 13

10, 12 Avenue Joseph Fallen

04 42 01 63 01 - 06 16 80 55 74

CONGÉS

ANNUELS

DU 12 AU

19/08

### REPRISE DES LOTOS CLUB ES13

- Lakanal Espace Seniors 3/09
- Château Blanc 3/09 - La Tourtelle 10/09
- Les Taraïettes 3/09 - Passons 17/09
- Pin Vert 10/09

### Inscriptions des activités

Espagnol, Anglais, Qi Gong, Zumba à partir du 20 août ou en ligne à partir du 19/08 [www.es13.com](http://www.es13.com)

Reprise des cours le 9 septembre

## INSCRIPTIONS DES ATELIERS DE GYM DOUCE 2024-2025 PAR TÉLÉPHONE 04 42 18 19 05

(Aubagnais et Carte Seniors)

51€ l'année pour un ou deux cours (selon disponibilités)

Espace Aubagne Seniors et les maisons de quartier

					Jour d'inscription
Lundi	9h-10h MDQ CHARREL	10h-11h MDQ CHARREL	14h-15h MDQ CHARREL	15h-16h MDQ CHARREL	Vendredi 6 septembre 9h-12h et 13h30-16h30
	9h-10h ESPACE AUBAGNE SENIORS	10h-11h ESPACE AUBAGNE SENIORS			Lundi 9 septembre 9h-12h et 13h30-16h30
Mardi	9h-10h MDQ PALISSY	10h-11h MDQ PALISSY			Jeudi 5 septembre 13h30-16h30
Jeudi	9h-10h ESPACE AUBAGNE SENIORS	10h-11h ESPACE AUBAGNE SENIORS			Lundi 9 septembre 9h-12h et 13h30-16h30
			14h-15h MDQ PIN VERT	15h-16h MDQ PIN VERT	Mercredi 4 septembre 13h30-16h30
Vendredi			14h-15h MDQ PALISSY		Jeudi 5 septembre 13h30-16h30

Pour votre sécurité aucune inscription ne sera prise en compte sans un certificat médical spécifiant « apte aux activités sportives »  
Inscriptions par téléphone avec prise de rdv pour paiement.

**Inscriptions à partir du 10 septembre pour les non aubagnais 63€**



Loisirs, accueil, activités  
Sorties bus, plage et nocturnes  
Concerts, manifestations  
Dates d'inscriptions  
de la rentrée  
**ESPACE AUBAGNE SENIORS**

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

Pas de prise  
d'inscription  
sur répondeur

10, av Joseph Fallen

04 42 18 19 05

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

ESPACE AUBAGNE  
seniors



Recevez le « Mensuel Séniors » par mail, en communiquant vos coordonnées au Pôle Séniors.

**ABONNEZ VOUS À LA NEWSLETTER D'AUBAGNE**

Chaque mardi, recevez, toute l'actualité d'Aubagne dans votre boîte mail.

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, ou flashez le QRCode ci-contre avec votre smartphone.



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.





# AOÛT À L'ESPACE AUBAGNE SENIORS

## Marche aquatique à la plage de la

2€40 aller et retour pour des tickets achetés dans le bus.  
2€ avec la carte ECO



RDV ligne 69 à 8h20 retour 13h

1<sup>ère</sup> inscription à l'accueil, décharge et certificat médical. Inscriptions toutes les semaines à partir des lundis pour la semaine suivante.

## Accompagnements la matinée en minibus à la plage des « Lumières » de la Ciotat.



GRATUIT 8h30 – 11h30  
RDV Espace Aubagne Seniors  
Inscriptions toutes les semaines à partir des lundis pour la semaine suivante

1<sup>er</sup> inscription à l'accueil pour la décharge.

## Seniors en Mouvement

### (accompagnements aux courses, Rendez-vous médicaux, loisirs) Les mercredis matin

1.20€ Inscriptions à l'Espace Aubagne Seniors à partir des lundis pour la semaine suivante.

Conditions : inscription préalable sur le dispositif du Seniors en Mouvement. Achats de tickets au CCAS Avenue des Marronniers.

## Marchés nocturnes de Sanary/mer ou de la Ciotat.

GRATUIT (accompagnement en minibus). Repas libre  
RDV 18h Devant l'Espace Aubagne Seniors  
Raccompagne au domicile vers 22h30.

## Créneau piscine seniors

**Spécial été**

GRATUIT  
Les lundis  
(sauf le 19/08)  
de 10h à 11h  
Piscine Alain Bernard

Inscriptions à l'Espace Aubagne Seniors du mardi au jeudi pour la semaine suivante (places limitées)

**\*En cas de déclenchement par la préfecture du Plan Canicule en vigilance de niveau 3, les sorties seront annulées (sauf sorties ES13).**

## Inscriptions Avenue Joseph Fallen

04 42 18 19 05

## Accueil et jeux de société, cartes...

LES MARDIS, JEUDIS ET  
VENDREDIS 14h -17h



## Confection du char pour la Cavalcade

LES MARDIS DE 14h-17h



## Echecs intergénérationnels

Association le Cercle des Echecs Aubagnais  
LES MERCREDIS 14h-22h



Association Jardilien « un potager pour tout partager »

## JARDINAGE pour les seniors

GRATUIT sur inscription et accompagné d'un animateur TOUS LES VENDREDIS 8h30-12h



## MERCREDI 7 AOÛT

### Journée à Sanary/mer 23€

Déambulation sur le marché et visite de la tour.  
Repas libre, RDV 8h15 gare d'Aubagne

## MARDI 27 AOÛT

### Concours de boules et paëlla 10€

9h Boulodrome Mimi Mariotti avec la participation de la Maison du Bel Âge, repas des participants à la MDQ Centre-ville

## MERCREDI 31 JUILLET

### Visite du planétarium et musée d'histoire naturelle de Marseille (intergénération)

14.5€ (+65 ans) 22.5€ (-65 ans)

RDV 8h50 devant ligne L100

Prévoir pique-nique et chaussures confortables.

## SAMEDI 17 AOÛT

Brocante 8h – 12h30 Cours Foch



## MAISONS DE QUARTIER

### JEUDI 1<sup>er</sup> AOÛT

18h Animation pétanque  
MDQ Pin Vert

### VENDREDI 2 AOÛT

19h30 Repas partagé  
Ambiance musicale  
MDQ Centre-Ville

## JUSQU'AU 25 AOÛT

GRATUIT Tous les vendredis à 19h animations et ateliers proposés par les différents exposants



Tous les jeudis de l'été à partir de 10h accès libre et les vendredis 2 et 23/08 visites guidées et musicales du village autour des contes et légendes de Provence.

18h RDV devant le marché à la céramique  
Informations et inscriptions 04 42 18 17 18

## LE VILLAGE DES SANTONS EN PROVENCE

Informations et inscriptions  
Immeuble les Marronniers  
04 42 18 19 54



**N'attendez pas les premiers effets des fortes chaleurs**

Centre Communal d'Action Sociale CCAS de la Ville d'Aubagne

MAUX DE TÊTE    CRAMPES    NAUSÉES

**Protégez-vous**

RESTEZ AU FRAIS    BUVEZ DE L'EAU

EN CAS DE MALAISE, APPELEZ LE 15

Pour plus d'informations : 0 800 06 66 66 (appel gratuit) meteo.fr + #canicule

## DU 20 AU 23 AOÛT

Stage d'échecs

## JUSQU'AU 31 AOÛT

Exposition « Femmes remarquables »

Chemin de Riquet 04 42 18 19 90

[mediatheque.aubagne.fr](http://mediatheque.aubagne.fr)



## BALADES THÉÂTRALES MARCEL PAGNOL

avec la Cie. Dans la Cours des Grands

### Manon des Sources : 2 août

### En attendant Marcel : 1 et 3 août

19h La Font de Mai

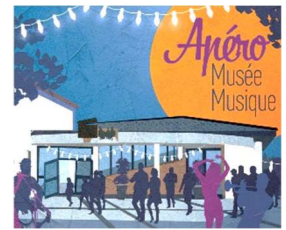


## APÉRO MUSÉE MUSIQUE

Apéritif, visite et concert

Mardi 6 Août

19h Cour Clastre 15€



Inscriptions 04 42 03 49 98

## DU 29 JUIN AU 31/08

Exposition Frédérique FLEURY  
Assemblant parfois céramique et tissus ; de l'ornement à la matière brute, elle nous donne à voir un univers entre animal et végétal.



### Ateliers

#### « Holidays Art »

- Tissage 7/08
- Argile 14/08
- Tote bag 28/08

Informations et inscriptions  
Centre d'art Pénitents Noirs  
04 42 18 17 26

## PRENDRE SOIN DE SOI APRÈS 60 ANS

MUTUALITÉ FRANÇAISE  
PROVENCE ALPES CÔTE D'AZUR

GRATUIT SUR INSCRIPTION

DE 9H A 12H  
Du jeudi 12 septembre  
Au lundi 14 octobre

Espace Aubagne Séniors  
10 rue Joseph Fallen  
AUBAGNE

Renseignements et inscriptions  
Accueil Espace Aubagne Séniors  
04 42 18 19 05

Nos partenaires :

ATELIER POUR RENFORCER L'ESTIME DE VOUS-MÊME !

- Conseil en image
- Communication non verbale
- Colorimétrie
- Entretien personnalisé

Atelier de 5 séances hebdomadaires  
#BienVieillir

AUBAGNE en Provence



# Les musiques de Pagnol

2 août à 21h

Esplanade de Gaulle



# Les Apéros Latinos Aubagnais

Chaque Dimanche

du 30 Juin au 25 Août



20h

Place  
Joseph  
Rau

VENDREDI 9  
AOÛT

La Baleine et l'Escargot



## Ciné CHARREL

Placette du  
Rond

18h :

animations  
et distribution  
de livrets jeux

19h30 :

pique-nique  
(pensez à amener  
de quoi manger !)

20h30 :

projection

# Places en musique

Concerts  
gratuits

Zoizo *Classique*

jeudi 1<sup>er</sup> août 19h Place de l'Alouette 5

Whathelles *Jazz*

jeudi 8 août 19h Cour de Clastre 6

Les Voix humaines *Classique*

jeudi 22 août 19h Impasse des Coquières 3

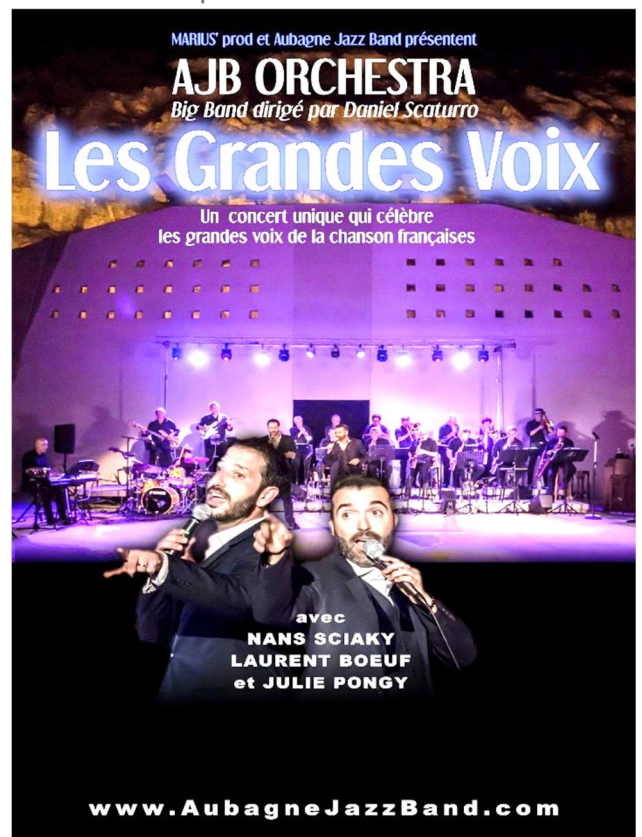
Cimarosa *Classique*

jeudi 29 août 19h Place S<sup>te</sup> Rose 7

## CONCERT AJB ORCHESTRA

9 Août à 21h

Esplanade de Gaulle







## Cinéma en plein air

FANNY

13 Août à 21h30

Esplanade de Gaulle



## Notre dame des neiges

Du 2 au 11 août

Beaudinard

Comité des fêtes de Beaudinard



## La Cavalcade

18 août de 10h30 à 12h00

Cours Foch



VENDREDI 16 AOÛT | AUBAGNE  
ESPLANADE DE GAULLE AVENUE ANTIDE BOYER  
DÈS 21H00 - DJ SET 80

NOSTALGIE  
GENERATION  
**80**  
LA SOIRÉE

NOSTALGIE

LES PLUS GRANDS TUBES !



23 août à 21h

CONCERT

**Magic System**

Esplanade de Gaulle



## Gospel'N'Soul Voices

30 août à 21h

Esplanade de Gaulle

Venez vivre une merveilleuse soirée de chants et de musique à l'écoute des voix puissantes et groovy du groupe Gospel'N'Soul Voices.