

L'ÉNERGIE N'A PAS D'ÂGE !

PROGRAMME SÉNIORS

2027

VILLE DE MARSEILLE

Sommaire

ÉDITORIAUX & INFORMATIONS PRATIQUES

Éditoriaux 4/5
Modalités générales d'inscription 6
Contacts utiles & CCAS 7

LOISIRS & ACTIVITÉS DE PLEIN AIR

Calendrier des randonnées 10/11
Calendrier des marches nordiques 12
Modalités de vœux pour les sorties culturelles 13
Calendrier des sorties culturelles 14/15
Séjour séniors en vacances (Évian-les-Bains) 16
Sorties dans les musées 17
Cycle de conférences 18

GRANDS ÉVÉNEMENTS & ACTIONS COLLECTIVES

Nos grands événements 20
Actions intergénérationnelles 21

LES CLUBS DE LOISIRS

Informations pratiques 24
Adresses et accès 25
Fiches d'activités hebdomadaires des clubs 26

CALENDRIERS ANNUEL & ANNEXES

Calendrier des actions du Service des Séniors 34/35
Notes 36

ÉDITORIAUX & INFORMATIONS PRATIQUES



Chères Marseillaises, chers Marseillais,

En ce début d'année, je veux vous adresser mes vœux les plus chaleureux. Marseille, c'est une ville de caractère et de cœur. Une ville façonnée par ses quartiers, ses générations et toutes celles et ceux qui, chaque jour, la font vivre. Votre parcours, votre expérience et votre engagement sont une part précieuse de notre histoire commune.
Nous faisons, ensemble, de Marseille une ville attentive à chacune et à chacun. Une ville où l'on prend soin les uns des autres, où l'on se rencontre, où la culture est accessible à toutes et tous, et où chacun tout le monde trouve sa place. Une ville où la solidarité ne reste pas un mot, mais se traduit par des actes concrets.

Nous savons que la force de Marseille tient aux liens qui nous unissent, à la transmission entre les générations et à cette énergie collective qui nous permet d'avancer. Votre présence et votre voix comptent. Elles nous rappellent que l'avenir se construit aussi grâce à l'expérience et à la mémoire de chacune et de chacun.

Pour cette nouvelle année, je souhaite à Marseille et à ses habitants de beaux moments de partage, de découverte et d'émotion et que les mois à venir vous apportent la santé et la sérénité.

À toutes et à tous, je souhaite une très belle année, auprès de celles et ceux qui vous sont chers.
Bonne année à toutes et à tous.

Benoît Payan

Benoît PAYAN
Maire de Marseille



Mesdames, Messieurs,

Pour cette année 2027 qui débute, je souhaite à chacune et chacun d'entre vous que ce soit l'année des rencontres, des découvertes, du bien-vivre et de la convivialité à Marseille.

Le catalogue que vous tenez est fait pour répondre aux questions que vous vous posez. Mais derrière ces pages, ce sont de nombreux agents de la Ville de Marseille, de clubs Séniors, d'associations qui sont à votre écoute. N'hésitez donc pas à les contacter aux Docks ou dans les Clubs pour que la Ville de Marseille puisse répondre à vos questions, vous écouter et vous accompagner.

Les activités qui vous sont proposées ici sont pensées pour vous occuper, bien sûr, mais aussi et surtout pour que les seniors marseillais puissent se rencontrer entre eux. J'ai toujours pensé que les rapports humains faisaient la richesse de notre ville. C'est pour cela que nous combattons tous les jours l'isolement social, particulièrement auprès des seniors, pour qu'à chaque âge de la vie des découvertes soient possibles et qu'on vive en commun notre si belle ville.

Mesdames, Messieurs, cette année sera, je l'espère pour chacun d'entre nous, une année remplie de joies et de rencontres.
Bonne année !

AHMED HEDDADI
Adjoint au Maire en charge des séniors
et des fêtes de quartier

Modalités générales d'inscription



Une formalité simple à réaliser !

Afin de bénéficier des actions proposées par le Service des Séniors de la Ville de Marseille, vous devez avoir 60 ans ou plus et résider à Marseille. L'inscription au Service des Séniors est gratuite et sans engagement.

Vous constituez ou renouvelez votre dossier d'inscription, soit aux Docks, soit dans un de nos sept Clubs de Loisirs en fournissant les documents suivants :

- Un justificatif d'assurance habitation ou de responsabilité civile valide ;
- Une photo d'identité couleur lors de la première inscription ;
- **Le certificat médical attestant de l'absence de contre-indication à la pratique d'activités physiques et sportives n'est pas obligatoire, mais il est vivement recommandé et demandé par le Service des Séniors par mesure de précaution pour toute inscription aux activités sportives ;**
- Le dernier avis d'imposition sur les revenus pour bénéficier d'une éventuelle participation financière de la Ville de Marseille pour les repas et les sorties.

Une fiche de renseignements devra être complétée auprès des Docks ou auprès du Club de Loisirs de votre choix.

Important

Le Service des Séniors, soucieux de permettre au plus grand nombre de participer aux actions proposées, poursuit l'amélioration de l'organisation des inscriptions aux sorties.

1/ Vous devez contacter par téléphone le Service des Séniors (Docks ou Clubs de Loisirs) afin de nous faire connaître vos vœux par ordre de priorité (vœux 1, 2, 3, **uniquement pour les sorties**), selon le calendrier trimestriel que vous trouverez en page suivante. (attention ces vœux ne sont pas des inscriptions)

2/ Afin de vous assurer qu'un de vos vœux a été retenu, vous devrez contacter le service des Docks ou votre club référent pour chacune des 3 périodes, une semaine après la fin de chaque période.

3/ Votre inscription sera finalisée par un rendez-vous individuel, soit aux Docks, soit dans un Club de Loisirs.

4/ Les séniors n'ayant pas eu de réponse positive, seront prioritaires sur la période suivante.

Nouveauté !

À partir de cette année, les randonnées ne sont plus concernées par les vœux.

Les inscriptions se font uniquement aux Docks.

AUX DOCKS

Tél. : 04 91 55 38 28 ou 04 91 55 31 98 ou 04 91 14 67 03

OU DANS LES CLUBS DE LOISIRS SUIVANTS :

LA PLAINE
04 88 49 20 82

SAINT-CYR
04 88 49 20 80

MONTOLIVET
04 13 94 12 57

GRANOUX / SÉBASTOPOL
04 13 94 12 56

SAINT-VICTOR
04 13 94 88 01

LA VALENTINE
04 13 94 88 00

LE GINESTET
04 88 49 20 86

Contacts utiles & CCAS



LES AGENCES D'ACCUEIL ET DE SERVICES SOCIAUX

Le Centre Communal d'Action Sociale (CCAS) de Marseille dispose de 4 agences d'Accueil et de Services Sociaux qui couvrent les 16 arrondissements de Marseille.
Ces 4 agences sont appuyées par de nombreuses permanences de proximité, au sein desquelles toute personne peut bénéficier d'un accueil et d'un accompagnement personnalisé.

Leurs missions sont :

- Instruire les dossiers de demande de RSA ;
- Effectuer l'accompagnement social des bénéficiaires et établir un suivi ;
- Établir des micro crédits personnels si la personne est éligible ;
- Effectuer des domiciliations ;
- Apporter une aide pour des impayés d'eau, en partenariat avec la SEMM ;
- Administrer des aides financières, des aides alimentaires d'urgence ;
- Instruire des dossiers en matière de transports, en partenariat avec la RTM ;
- Aider aux frais de cantines scolaires.

Agence Centre 1, 2, 3 et 7 Arr.	Agence Est 4, 5, 6, 12 Arr.	Agence Sud 8, 9, 10 et 11 Arr.	Agence Nord 13, 14, 15 et 16 Arr.
62, rue de l'Évêché 13002 **04 91 99 14 60**	36, boulevard de la Fédération 13004 **04 88 15 19 26**	11, rue Borde Bâtiment E 13008 **04 86 94 40 30**	151, boulevard Danielle Casanova 13014 **04 84 52 51 61**

LE PÔLE INFOS SÉNIORS ET LES ESPACES SERVICES AÎNÉS

Le CCAS est porteur du Pôle Infos Séniors Marseille Sud-Est pour les 8e, 9e, 10e et 11e arrondissements de Marseille.
Au sein des 4 agences d'Accueil et de Services Sociaux se trouvent des Espaces Services Aînés (ESA) dédiés à l'accompagnement social gérontologique.
Ces ESA et les autres services du CCAS, dédiés aux personnes âgées, ont pour missions :

- Accueillir, informer et orienter ;
- Établir des évaluations des besoins et des diagnostics sociaux ;
- Informer et accompagner ce public à l'accès aux droits, notamment aux droits à la retraite ;
- Évaluer des besoins d'aide à domicile et mettre en place des plans d'intervention ;
- Apporter des aides financières et sociales (impayés d'eau, aides alimentaires d'urgence).

LOISIRS &
ACTIVITÉS DE PLEIN AIR

Calendrier des randonnées

Nouveauté ! À partir de cette année, les randonnées ne sont plus concernées par les vœux.

La Ville de Marseille vous propose une randonnée par mois (sauf juillet - août) car la marche est excellente pour le corps et le moral, notamment quand elle est pratiquée à plusieurs. Ces promenades s'inscrivent dans le cadre d'activités de loisirs et de découvertes.

Les randonnées proposées s'adressent à tous, avec des niveaux de difficulté adaptés et progressifs (facile, moyen ou confirmé) définis en concertation avec les guides et les participants au départ de chaque parcours.



Mardi 19 janvier

Fontaine de Voire depuis le parc Pastré

Distance : 10 à 13 km

Dénivelé : 450 m

Terrain : pistes et sentiers caillouteux

Inscription à partir du lundi 4 janvier au vendredi 15 janvier

Mardi 9 février

Le puits de l'Œuvre – Massif de la Nerthe

Distance : 10 à 15 km

Dénivelé : 400 m

Terrain : pistes et sentiers caillouteux

Inscription à partir mercredi 20 janvier au mardi 2 février

Mardi 23 mars

Gardanne – La forêt de Fontbelle

Distance : 11 à 15 km

Dénivelé : 250 m

Terrain : pistes et sentiers peu caillouteux

Inscription à partir du mercredi 10 février au lundi 15 mars

Mardi 6 avril

Puy-Sainte-Réparade – Les bords de la Durance

Distance : 10 km

Dénivelé : 30 m

Terrain : sentier sans cailloux

Inscription à partir du mercredi 24 mars au mardi 30 mars



Mardi 18 mai

Saint-Jean-de-Garguier – Le vallon de Saint-Clair

Distance : 10 à 14 km

Dénivelé : 450 m

Terrain : pistes et sentiers peu caillouteux

Inscription à partir du lundi 26 avril au lundi 10 mai

Mardi 8 juin

Martigues – La plage de Figuerolles, et le bord de l'Etang-de-Berre

Distance : 9 à 14 km

Dénivelé : 300 m

Terrain : pistes et sentiers peu caillouteux

Inscription à partir du mercredi 19 mai au lundi 31 mai

Mardi 21 septembre

Roquefort – Le Montounier

Distance : 10 à 14 km

Dénivelé : 300 m

Terrain : sentiers caillouteux

Inscription à partir du lundi 30 août au lundi 13 septembre

Mardi 5 octobre

Saint-Zacharie – Le vallon de l'Espagnol

Distance : 11 à 14 km

Dénivelé : 450 m

Terrain : pistes et sentiers caillouteux

Inscription à partir du lundi 13 septembre au lundi 27 septembre

Mardi 9 novembre

Pichauris – Le puits de l'Aroumi

Distance : 9 à 14 km

Dénivelé : 400 m

Terrain : pistes et sentiers caillouteux

Inscription à partir du mercredi 6 octobre au lundi 25 octobre

Mardi 7 décembre

Barrage de Bimont – Le barrage de Zola

Distance : 10 à 16 km

Dénivelé : 380 m

Terrain : pistes et sentiers peu caillouteux

Inscription à partir du mercredi 10 novembre au lundi 22 novembre

Les départs et retours des randonnées

ont lieu avenue de Toulon, entre les n°8 et 16 sur l'emplacement réservé aux cars.

Prévoir une tenue et des chaussures adaptées !

Renseignements aux docks

04 91 55 38 28
ou 04 91 55 31 98
ou 04 91 14 67 03

Calendrier des marches nordiques

Envie de marcher ? Voici un bon plan pour marcher autrement : la marche nordique !

Cette activité vous permettra de redécouvrir certains parcs publics de la ville.

Pratiquée à l'extérieur, cette activité regorge de bienfaits pour la santé.

Marcher doit rester une source de plaisir, alors quoi de mieux que de pratiquer cette activité sportive et ludique dans nos parcs pour vous faire aimer Marseille autrement.

Les randonnées proposées s'adressent à tous, avec des niveaux de difficulté adaptés et progressifs (facile, moyen ou confirmé) définis en concertation avec les guides et les participants au départ de chaque parcours.

Inscription obligatoire aux Docks ou par téléphone :

04 91 55 38 28
ou 04 91 55 31 98
ou 04 91 14 67 03

Vendredi 22 janvier
Parc Longchamp
Inscription à partir du lundi 4 janvier



Vendredi 19 février
Parc Borély
Inscription à partir du lundi 22 janvier

Vendredi 26 mars
De Valmer à David
Inscription à partir du lundi 22 février

Vendredi 16 avril
Parc Pastré
Inscription à partir du lundi 29 mars

Jeudi 20 mai
De David à l'Escale Borély
Inscription à partir du lundi 19 avril

Vendredi 4 juin
De l'Escale Borély à Vieille Chapelle
Inscription à partir du lundi 24 mai

Vendredi 10 septembre
De Valmer à David
Inscription à partir du lundi 30 août

Vendredi 1er octobre
Parc Pastré
Inscription à partir du lundi 13 septembre

Mardi 23 novembre
Parc Borély
Inscription à partir du lundi 8 novembre

Vendredi 10 décembre
Parc Longchamp
Inscription à partir du mercredi 24 novembre

Modalités de vœux pour les sorties culturelles

1ère période de formulation des vœux du 4 au 15 janvier

Sorties de février & mars

Lundis 8 & 15 février - Marseille (13)
« Grotte Cosquer »

Mercredis 10 & 24 mars - Hérault (34)
« Dégustation de coquillages »

2ème période de formulation des vœux du 1er au 12 mars

Sorties d'avril à juin

Mercredis 7 & 14 avril - Var (83)
« Le Domaine du Rayol »*

Mercredis 5 & 12 mai
Bouches-du-Rhône (13)
« Arles »*

Mercredis 2 & 9 juin
Bouches-du-Rhône (13)
« Saint-Rémy-de-Provence et les Carrières des Lumières »*

Jeudi 24 juin - Journée Champêtre

3ème période de formulation des vœux du 5 juillet au 13 août

Sorties de septembre à novembre

Jeudis 2 & 30 septembre - Gard (30)
« Anduze et la Bambouseraie » *

Mardis 12,19 & 26 octobre
Bouches-du-Rhône (13)
« Cuges-les-Pins »

Vendredis 19 & 26 novembre - Var (83)
« Roquebrune-sur-Argens et la Maison du chocolat »



LE PROGRAMME EST SUSCEPTIBLE D'ÊTRE MODIFIÉ

Prévoir une tenue adaptée à la sortie.

Les tarifs, les menus et les horaires sont communiqués par le Service des Séniors environ un mois avant la date de chaque sortie.

Les départs et retours des sorties

Ils ont lieu à la traverse de la Montre 13011, sur le trottoir longeant le parking du magasin Boulanger (5 séniors minimum) et à l'avenue de Toulon 13006, entre les n°8 et 16, sur l'emplacement réservé aux cars.

***Restauration libre :**

Vous êtes libre pendant la pause déjeuner. Vous pouvez amener votre pique-nique ou vous restaurer sur place (snacks ou restaurants).

Tarif dégressif

Une participation de la ville de Marseille peut être appliquée en fonction des revenus.

Renseignements

04 91 55 38 28 ou 04 91 55 31 98
ou 04 91 14 67 03

Calendrier des sorties culturelles

DE JANVIER À MARS

MARSEILLE (13)

Lundis 8 & 15 février

« La Grotte Cosquer »

- **Matin :** embarquez pour un voyage inédit et faites un bond dans la préhistoire en visitant la reconstitution de la Grotte Cosquer, seul témoin physique de ce lieu découvert en 1985.
- **Midi :** restaurant
- **Après-midi :** visitez le musée de la déportation, au moment où les derniers témoins disparaissent, le lieu s'attache à transmettre l'histoire et la mémoire des hommes, femmes et enfants arrêtés puis déportés parce que nés Juifs ou réprimés en tant que politiques, résistants, otages ou « suspects ».

HÉRAULT (34)

Mercredis 10 & 24 mars

« Dégustation de coquillages »

Si vous aimez les coquillages, cette journée est la vôtre !

D'AVRIL À JUIN

VAR (83)

Mercredis 7 & 14 avril

« Domaine du Rayol »

- **Matin :** le marché est le poumon de la vieille ville de La Seyne-sur-Mer.

Il attire de nombreux chalands : producteurs locaux de fruits et légumes… ainsi que le marché forain avec ses stands de textile et d'artisanat.

- **Midi :** restauration libre*
- **Après-midi :** évadez-vous au Domaine du Rayol et découvrez un jardin d'exception, un véritable paradis botanique face à la méditerranée.

BOUCHES-DU-RHÔNE (13)

Mercredis 5 & 12 mai

« Arles »

- **Matin :** le marché d'Arles permet de retrouver plusieurs produits emblématiques de la région : l'huile d'olive, le saucisson d'Arles, le riz de Camargue et les tellines...

Ces produits témoignent de la position particulière d'Arles, à la rencontre de la Provence et de la Camargue.

Le marché permet ainsi de passer d'une spécialité provençale à un produit directement associé au terroir camarguais, tout en restant au cœur de la ville.

- **Midi :** restauration libre*
- **Après-midi :** laissez-vous séduire par le charme intemporel d'Arles, ville d'Histoire classée au patrimoine mondial de l'UNESCO.

BOUCHES-DU-RHÔNE (13)

Mercredis 2 & 9 juin

« Saint-Rémy-de-Provence et Carrières des Lumières »

- **Matin :** visite libre du marché de Saint-Rémy-de-Provence.

Venez flâner et découvrir les produits locaux et du terroir sur le marché, ou comme de nombreux artistes, déambuler sur les boulevards ombragés, dans les rues étroites du centre historique et sur les petites places ornées de fontaines.

- **Midi :** restauration libre*
- **Après-midi :** visitez les Carrières des Lumières

Devenues incontournables en Provence, les Carrières des Lumières sont situées au pied de la cité des Baux-de-Provence, au cœur des Alpilles. Depuis 2012, des expositions digitales, immersives et contemporaines s'y déroulent.

Vivez une expérience unique et explorez des univers sans limites.

2027 sera une surprise pour tous, car à l'heure actuelle nous ne connaissons pas la thématique de l'exposition.

Jeudi 24 juin

Journée Champêtre

Venez passer cette journée dans un environnement magnifique et verdoyant.

Au programme, jeux de boules, piscine, repas et bal...

DE SEPTEMBRE À DÉCEMBRE

GARD (30)

Jeudis 2 & 30 septembre

«Anduze et la Bambouseraie»

- **Matin :** visite libre du marché d'Anduze. Découvrez les produits du terroir ou parcourez le village médiéval à la recherche de sa spécialité de renommée mondiale : les poteries d'Anduze.
- **Midi :** restauration libre*
- **Après-midi :** La Bambouseraie en Cévennes.

Unique en Europe par ses dimensions, la bambouseraie se situe dans un domaine d'une superficie de 34 hectares et est née de la volonté d'un seul homme : Eugène Mazel ! Passionné d'horticulture et de sciences naturelles, il entame ses premières plantations sur le site actuel de la Bambouseraie en 1856, en acclimatant des espèces exotiques venues de Chine, du Japon, d'Amérique du Nord et de l'Himalaya.



BOUCHES-DU-RHÔNE (13)

Mardis 12,19 & 26 octobre

«Cuges-les-Pins»

- **Matin :** visite de la safranière « La ferme du lézard vert ». Rendez-vous sur le plateau de Cuges.

On vous propose un voyage dans l'histoire du safran. Une dégustation safranée faite maison clôturera la visite.

- **Midi :** restaurant
- **Après-midi :** visite de la ferme et de sa fabrique de fromage « La Cabro d'Or »

Rendez-vous à la ferme où le chevrier vous attend.

Partagez un moment de convivialité avec l'équipe de la ferme et leur troupeau de chèvres du Rove.

Découvrez la traite ainsi que la fabrication des fromages à l'ancienne dans le cadre naturel de la Sainte-Baume.

VAR (83)

Vendredis 19 & 26 novembre

«Maison du chocolat»

- **Matin :** Roquebrune-sur-Argens vous invite à un voyage gourmand dans l'univers du chocolat, une expérience unique qui met en éveil vos papilles…

Plus qu'une spécialité, un savoir-faire reconnu qui fait de Roquebrune-sur-Argens une véritable destination «Chocolat» avec un musée et quatre artisans chocolatiers.

- **Midi :** restaurant
- **Après-midi :** visite des Orchidées Vacherot.

Installée au pied du rocher de Roquebrune-sur-Argens, l'orchideraie s'étend sur 2500 m^2 de serres chauffées et équipées d'un laboratoire de culture in vitro. Cette visite est une expérience éducative qui permet de comprendre le monde fascinant de la naissance, de la croissance et de la reproduction de ces plantes extraordinaires et envoûtantes.

Séjour séniors en vacances

Nous vous proposons un séjour détente et découverte de 8 jours, 7 nuits (hébergement, repas, excursions et transport en autocar).

SÉJOUR DÉCOUVERTE EN HAUTE-SAVOIE

ÉVIAN-LES-BAINS

du 11 au 18 septembre 2027

RENSEIGNEMENTS & PRÉ-INSCRIPTIONS

du lundi 4 janvier au vendredi 12 février 2027

04 91 55 38 28 ou 04 91 55 31 98
ou 04 91 14 67 03

Ce voyage entre dans le cadre du dispositif ANCV «Séniors en vacances» et permet à certains de bénéficier d'un coup de pouce pour s'évader vers de nouveaux horizons.

« Voyager c'est vivre »

Hans Christian Andersen
(Romancier Danois 1805 – 1975)



Sorties dans les musées

VISITES CULTURELLES ET THÉMATIQUES

2 À 3 FOIS PAR MOIS

Nous vous proposons de découvrir ou redécouvrir de multiples richesses artistiques en partenariat avec les Musées de Marseille.

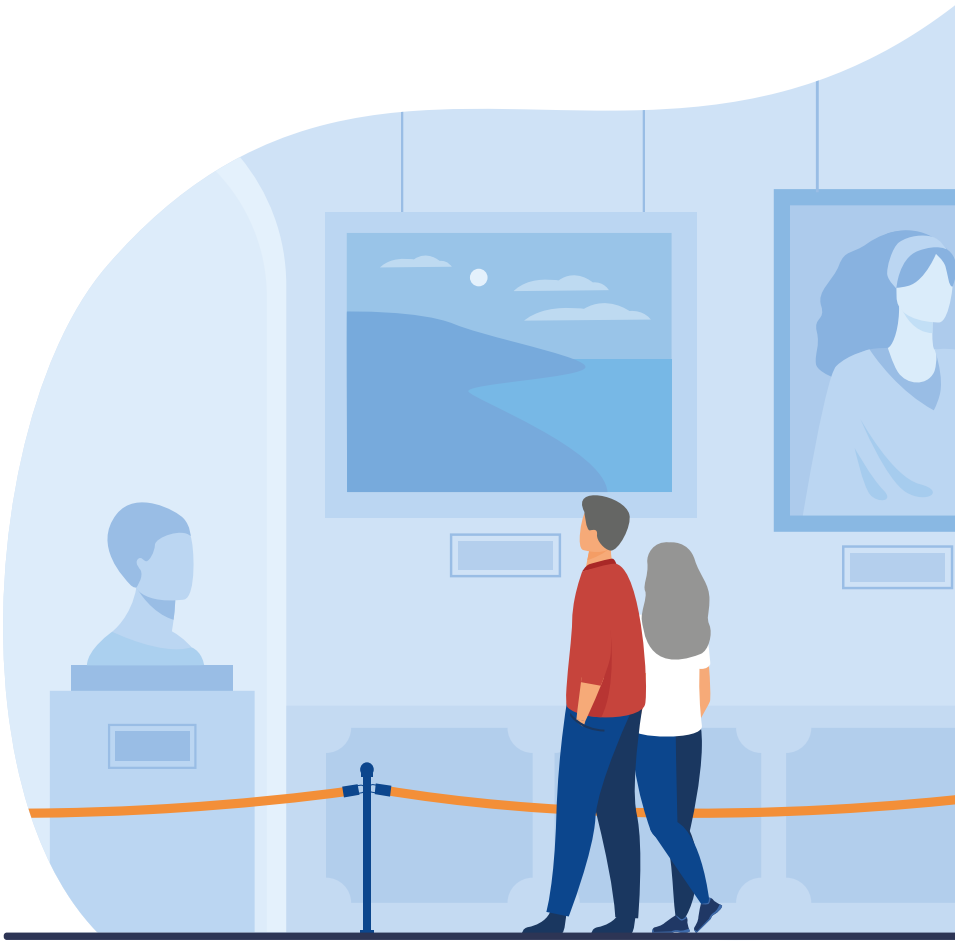
Visites gratuites et commentées des collections permanentes ou des expositions temporaires.

Les dates de ces visites sont communiquées par le Service des Séniors des Docks, ainsi que par le biais de la Newsletter envoyée trimestriellement.

Marseille, notre ville, notre patrimoine.

RENSEIGNEMENTS & INSCRIPTIONS

04 91 55 38 28 ou
04 91 55 31 98 ou
04 91 14 67 03



Cycle de conférences

PMR

La Ville de Marseille poursuit son cycle de conférences et vous propose des thèmes qui permettent d'appréhender l'histoire, la santé et la vie quotidienne de chacun.



PROGRAMME :

JEUDI 4 FÉVRIER
Ma maison, mon quotidien : comment retrouver espace et sérénité ?

JEUDI 3 JUIN
La Canebière : Un kilomètre d'histoire

JEUDI 7 OCTOBRE
Quand le domicile devient un projet de vie

Entrée libre
sur inscription préalable au Service des Séniors aux Docks

04 91 55 39 41
service-des-seniors@marseille.fr

Ces rencontres se déroulent dans la salle de conférences du Musée d'Histoire de Marseille - Centre Bourse - de 14h30 à 17h.

L'entrée à la conférence se fera de 13h30 à 14h15 uniquement.

Enregistrées, elles seront diffusées sur la chaîne YouTube de la Ville de Marseille et sur le site officiel de la ville, rubrique Séniors : www.marseille.fr/social/seniors/bouger-se-cultiver-s-aerer

« On se lasse de tout, sauf de connaître »

Jean Rostand
(Ecrivain Français
1894 – 1977)

GRANDS ÉVÉNEMENTS & ACTIONS COLLECTIVES

Nos grands événements

PMR

Des événements en accès libre et gratuit !



BAL DES SÉNIORS

Au rythme de la salsa, du rock, du madison ou du paso-doble, les bals des séniors sont ouverts gratuitement à toutes les Marseillaises et tous les Marseillais de plus de 60 ans, qu'ils soient danseurs expérimentés ou débutants.

LES JEUDIS

14 janvier*
18 février*
18 mars*
8 avril*
20 mai*
17 juin*
9 septembre*
23 septembre*
14 octobre*
4 novembre*

*en intérieur, de 14h à 17h : ESPACE BARGEMON - HÔTEL DE VILLE

*en extérieur, de 15h à 18h : PLACE DU GÉNÉRAL-DE-GAULLE

*en extérieur, de 15h à 18h : PLACE CASTELLANE

*en extérieur, de 15h à 18h : ESPACE MISTRAL, ESTAQUE

*en extérieur, de 15h à 18h : ESPLANADE 26ÈME CENTENAIRE

ESCAPADE AU PARC BORÉLY

JEUDI 27 MAI

La journée des séniors*
6e édition

Forum d'information, pique-nique offert, bal….

Dans une démarche écologique, nous vous demandons d'apporter vos contenants afin de vous hydrater (gourdes ou eco cup).

** Les Clubs et le Service des Docks seront exceptionnellement fermés ce jour-là.*

Actions intergénérationnelles



SI VOUS AIMEZ :

- *les contacts entre générations*
- *créer des liens dans la bonne humeur et avec humour*
- *faire de nouvelles expériences, apprendre, découvrir et vous enrichir*
- *partager vos connaissances et votre savoir*
- *animer une activité et faire du bénévolat ou encore de nouveaux projets*

Venez nous rejoindre dans un de nos Clubs de Loisirs ou aux Docks pour partager nos projets ensemble !

ACTIVITÉS INTERGÉNÉRATIONNELLES

ATELIER de « Petites Pieuvres Sensation Cocon » en faveur des bébés prématurés des hôpitaux de Marseille (Conception, Hôpital Nord, Saint-Joseph).
Voulez-vous participer bénévolement à cette action ?

Vous apprendrez à crocheter des petites pieuvres afin d'apporter un peu de réconfort aux familles. Votre pieuvre sera ensuite placée dans la couveuse avec le bébé. Plus calme, il s'agrippera davantage à celle-ci, délaissant les tuyaux et les sondes.

RENCONTRES INTERGÉNÉRATIONNELLES

Autour d'un concours de pétanque, d'un loto, d'une sortie, d'un bal...

SORTIES CULTURELLES INTERGÉNÉRATIONNELLES

Randonnées pédestres intergénérationnelles. Cette action permet aux séniors ainsi qu'aux jeunes de partager un moment convivial et de tisser du lien entre les générations.

AIDE AUX DEVOIRS

Dans le cadre des relations intergénérationnelles, la Ville de Marseille organise un atelier gratuit d'aide aux devoirs les mercredis en dehors des vacances scolaires.

Dispensé dans les Clubs de Loisirs par des retraités bénévoles, cet accompagnement permet aux enfants en difficulté scolaire d'améliorer leur apprentissage en dehors de l'école.

Les matières abordées au travers des devoirs concernent l'aide à la lecture et l'écriture, les mathématiques, l'histoire, la géographie, la poésie et le civisme.

La transmission du savoir est l'occasion de resserrer les liens et de faciliter de nouvelles relations entre les anciens et les plus jeunes.

LES CLUBS DE LOISIRS

Informations pratiques

Tous les Clubs de Loisirs sont ouverts au public du lundi au vendredi de 9h à 17h

ACTIVITÉS

(P) Activité payante d'1h
Pour certaines activités le prix peut être ajusté en fonction de la durée de la séance

(G) Activité gratuite

(*) Animations et collation l'après-midi

Possibilité d'un paiement au trimestre.

ACCUEIL À LA JOURNÉE (repas + animation)

(⬣) Journée festive

Tarif dégressif en fonction des revenus annuels

CLUBS LA PLAINE, GRANOUX, SAINT-VICTOR, LA VALENTINE, MONTOLIVET ET SAINT-CYR

- Journée festive (repas confectionné par un traiteur + animation loto ou bal)

Tarif dégressif en fonction des revenus annuels

CLUB BASTIDE DU GINESTET

- Du lundi au vendredi : repas traditionnels (bio le lundi)
- Repas de fête : anniversaire, fêtes calendaires...
- Repas grandes occasions : fête des parents, Pâques et Noël

APRÈS-MIDI (animations + collation)

Karaoké / Bal / Loto / Contrée...

Les inscriptions se font sur place auprès des Clubs

LES AFTERS

Des afters vous sont proposés dans nos clubs, tout au long de l'année.
(apéritif dînatoire + animation musicale)

Renseignements auprès de votre club

FESTIVITÉS DE L'ÉTÉ 2027

Les Clubs Château Saint-Cyr et La Bastide du Ginestet restent ouverts pendant la période d'été ! En juillet, tous les autres Clubs sont ouverts. En août, ces lieux d'accueil ouvrent à tour de rôle permettant ainsi de maintenir le lien dans un espace climatisé.

Vous aurez le plaisir de partager des moments conviviaux grâce à leurs espaces extérieurs aménagés pour l'occasion et apprécierez certainement leurs salles climatisées lors de vos déjeuners ou pour les animations de l'après-midi pendant les fortes chaleurs.

Le programme d'animation, identique à celui de l'accueil à la journée avec des bals, lotos, jeux de société, sera ponctué d'animations spéciales avec des journées à thème de juin à septembre… Surprises !

Adresses et accès

LA PLAINE

04 88 49 20 82
36/38, place Jean-Jaurès
13001 Marseille
- Métro M2
  station Notre-Dame-du-Mont
- Bus 74 arrêt : Place Jean-Jaurès

GRANOUX / SÉBASTOPOL

04 13 94 12 56
23, rue Granoux
13004 Marseille
- Tram T2 station : Foch Sakakini
- Bus 52 arrêt : Place Sébastopol
- Bus 72 arrêt : Sakakini Sidi Brahim

SAINT-VICTOR

04 13 94 88 01
7 Bis, rue Sauveur Tobelem
13007 Marseille
- Bus : 54 – 55 – 61 – 80 – 81
  arrêt : Saint-Victor

CHÂTEAU SAINT-CYR

04 88 49 20 80
83, chemin rural de la Valbarelle
13010 Marseille
- Bus : 17 - 18 arrêt : Parc Saint-Cyr
- Bus : 15 - 15S arrêt : Granada

LA VALENTINE

04 13 94 88 00
5, boulevard de la Coopérative
13011 Marseille
- Bus 12 arrêt : La Valentine
- Bus 50 arrêt : Centre commercial

MONTOLIVET

04 13 94 12 57
390, avenue de Montolivet
13012 Marseille
- Bus 6 arrêt : Chabot

BASTIDE LE GINESTET

04 88 49 20 86
26, avenue de Valdonne
13013 Marseille
- Métro Ligne M1 : Station Malpassé
- Bus : 27 – 37 : arrêt : Valdonne Laveran
- Bus 38 arrêt : Laveran Diderot
- Bus : 42 - 42T arrêt : La Boudinière

CONSEIL :
PRIVILÉGIER LES TRANSPORTS EN COMMUN

CLUB DE LOISIRS SÉNIORS

LA PLAINE

LA PLAINE
04 88 49 20 82
36-38, place Jean-Jaurès
13001 Marseille

JOUR	MATIN		APRÈS-MIDI	
LUNDI	9H30	G PIANO	13H30	G PIANO
	9H30	P QI QONG	14H00	P GYMNASTIQUE
	9H30	G ATELIER THÉMATIQUE	14H30	G ATELIER TRICOT
	10H00	G BIBLIOTHÈQUE	15H00	P PILATES
	10H00	G COURS D'ANGLAIS		
	10H00	G COURS DE BRIDGE		
	10H45	P QI QONG		
MARDI	10H00	G ATELIER NUMÉRIQUE	13H30	G PIANO
	10H00	G COURS DE BRIDGE	14H30	✱ LOTO
	10H00	P GYMNASTIQUE		
	11H00	P YOGA		
MERCREDI	9H30	G PIANO	13H30	G BRIDGE
	9H30	P ZUMBA	13H45	P COUNTRY
	10H00	G COURS D'ANGLAIS	14H45	P DANSE EN LIGNE
	10H45	P PILATES	15H45	P DANSE EN LIGNE
JEUDI	9H30	G PIANO	13H30	G PROJECTION DE FILM 1 fois / trim.
	10H00	G THÉÂTRE	13H45	G BIEN-ÊTRE
			14H00	G KARAOKÉ
			15H30	P YOGA
VENDREDI	10H00	G CHORALE	14H30	✱ LOTO
	⬣ JOURNÉE FESTIVE 1 fois par mois REPAS TRAITEUR et LOTO			

CLUB DE LOISIRS SÉNIORS

SEBASTOPOL GRANOUX

SEBASTOPOL - GRANOUX
04 13 94 12 56
23, rue Granoux
13004 Marseille

JOUR	MATIN		APRÈS-MIDI	
LUNDI	9H00	G ATELIER COUTURE	14H00	G CHORALE
			14H00	G ANGLAIS débutant
			14H30	✱ LOTO
MARDI	9H15	P GYM DOUCE	14H00	G JEUX DE CARTES
	9H30	G THÉÂTRE «LES TOUJOURS VERTS»	14H30	G SCRABBLE
	10H15	P PILATES	14H00	G THÉÂTRE « Cie À TIRE D'AILE »
MERCREDI	9H30	P COUNTRY débutant	14H00	G ATELIER MÉMOIRE
	9H30	G AIDE AUX DEVOIRS	14H00	G INFORMATIQUE
	10H30	P COUNTRY avancé	14H00	P SOPHROLOGIE
			15H00	P SOPHROLOGIE
JEUDI	9H30	P BODY ZEN	13H30	✱ BAL 1 fois tous les 2 mois
	10H30	P FITNESS	14H00	G ANGLAIS (intermédiaire)
			14H00	G THÉÂTRE « INCOGNITO »
			14H30	✱ LOTO
			15H15	G DISCUSSION ESPAGNOL débutant
	⬢ JOURNÉE FESTIVE 1 fois par mois REPAS TRAITEUR et LOTO ou BAL			
VENDREDI	9H30	P PEINTURE	14h30	G AUTOUR D'UN CAFÉ... 1 fois/ mois
	10H00	P YOGA	14H30	G ATELIER DICTÉE 1 fois / mois
	11H00	P YOGA	14H30	G KARAOKÉ / DANSE EN LIGNE

CLUB DE LOISIRS SÉNIORS

SAINT-VICTOR

SAINT-VICTOR
04 13 94 88 01
7 bis, rue Sauveur Tobelem
13007 Marseille

JOUR	MATIN		APRÈS-MIDI	
LUNDI	9H15	P GYMNASTIQUE	14H00	G SCRABBLE
	10H30	P GYM SUR CHAISE	14H00	P LOTO
	JOURNÉE FESTIVE 1 fois par mois REPAS TRAITEUR et LOTO			
MARDI	9H30	P QI QONG	14H15	P SOPHROLOGIE
	10H45	P QI QONG	15H30	P SOPHROLOGIE
MERCREDI	9H15	P PILATES	14H00	G SCRABBLE
	10H30	P PILATES	14H00	P LOTO
JEUDI	9H30	P GYMNASTIQUE	14H00	G ATELIER NUMÉRIQUE
	10H45	P GYM SUR CHAISE	14H00	P DANSE EN LIGNE (débutant)
			15H30	P DANSE EN LIGNE
VENDREDI	9H15	P YOGA	14H00	G ATELIER THÉMATIQUE
	10H30	P YOGA	14H00	G SCRABBLE
			14H00	G ATELIER ÉCRITURE 1 fois / mois

CLUB DE LOISIRS SÉNIORS

SAINT-CYR

SAINT-CYR
04 88 49 20 80
83, chemin rural de la Valbarelle
13010 Marseille

JOUR	MATIN		APRÈS-MIDI	
LUNDI	10H00	G ATELIER THÉMATIQUE	14H00	* LOTO
	⬣ JOURNÉE FESTIVE REPAS TRAITEUR et LOTO			
MARDI	9H00	P GYMNASTIQUE	14H00	G ATELIER DÉCO
	10H00	P GYMNASTIQUE	14H00	G PEINTURE LIBRE
	11H00	P YOGA	14H00	P COUNTRY
			15H00	P LINE DANCE
MERCREDI	9H30	P QI QONG	14H00	P PILATES
	10H45	P QI QONG	15H00	P BODY ZEN
			15H15	G MÉMOIRE
JEUDI	9H00	P ZUMBA	14H00	G JEUX DE CARTES
	10H00	P YOGA	14H00	* BAL OU G KARAOKÉ
	⬣ JOURNÉE FESTIVE REPAS TRAITEUR et BAL			
VENDREDI	9H30	P QI QONG	13H30	P COUNTRY (débutant)
	9H30	G CHORALE	14H00	G CHANTS ITALIENS
	10H30	P PILATES	14H00	G JEUX DE CARTES
			14H30	P LINE DANCE (débutant)

CLUB DE LOISIRS SÉNIORS

LA VALENTINE

LA VALENTINE
04 13 94 88 00
5, bd de la Coopérative
13011 Marseille

JOUR	MATIN		APRÈS-MIDI	
LUNDI	9H15	P GYM RYTHMIQUE	14H00	P DANSE EN LIGNE
	10h00	G ANGLAIS	14H00	G ATELIER DES ARTS
	10H30	P GYM RYTHMIQUE	15H00	P DANSE EN LIGNE
	⬢ BALADE URBAINE 1 fois par mois «Je déambule dans ma Ville»			
MARDI	9H00	P YOGA	14H00	* LOTO
	9H00	G ITALIEN	14H00	G ATELIER DES ARTS
	10H00	P ZUMBA		
	⬢ JOURNÉE FESTIVE 1 fois par mois REPAS TRAITEUR et LOTO			
MERCREDI	10H00	P GYM DOUCE	13H00	G JEU DE BOULES
	10H00	G ATELIER THÉMATIQUE (10 à 15 séances)	13h30	G CHORALE
			13h30	G LUDOTHÈQUE
JEUDI	9H00	G JEU DE BOULES	14H00	G ATELIER DES ARTS
	10H30	P GYM BIEN-ÊTRE	14H00	G TRICOT
	11H00	G INITIATION SMARTPHONE	14H00	G ATELIER DES ARTS
			15H00	P STRETCHING
	⬢ INSTANTS PARTAGES (Petit déjeuner/déjeuner/goûter) à définir			
VENDREDI	9H00	G ATELIERS DES ARTS	14H00	ACCUEIL - INSCRIPTIONS ATELIERS BÉNÉVOLES
	9H50	P SOPHROLOGIE	14H00	P BAL 1 fois / trimestre
	11H00	P GYM BIEN-ÊTRE	14H00	G ATELIER DES ARTS
	11H00	P QI QONG		
	⬢ JOURNÉE FESTIVE 1 fois par mois REPAS TRAITEUR et MUSIQUE			

CLUB DE LOISIRS SÉNIORS

MONTOLIVET

MONTOLIVET
04 13 94 12 57
390, avenue de Montolivet
13012 Marseille

JOUR	MATIN		APRÈS-MIDI	
LUNDI	9H30	P YOGA	14H00	P PILATES
	10H30	P STRETCHING		
MARDI	9H30	P SOPHROLOGIE	13H30	* LOTO
	10H30	P SOPHROLOGIE	14H00	P TAÏ-CHI
			14H00	G PEINTURE LIBRE
	JOURNÉE FESTIVE 1fois/mois REPAS TRAITEUR et LOTO ou BAL			
MERCREDI	9H30	P GYM	13H45	P DANSE EN LIGNE (débutant)
	10H30	P GYM	14H00	P YOGA
			14H45	P DANSE EN LIGNE
JEUDI	9H30	P GYM DANSE	13H30	G JEUX DE CARTES
	10H30	P STRETCHING	13H30	P CONCOURS DE CONTRÉE (dernier jeudi du mois)
			13H30	G COUTURE
			14H00	P PILATES
VENDREDI	9H30	P GYM	14H00	G ATELIER THÉMATIQUE
	10H30	P STRETCHING	14H00	G BALADE URBAINE

CLUB DE LOISIRS SÉNIORS

BASTIDE LE GINESTET

BASTIDE LE GINESTET
04 88 49 20 86
26, avenue de Valdonne
13013 Marseille

JOUR	MATIN		APRÈS-MIDI	
LUNDI	9H00	P GYMNASTIQUE	14H00	✱ KARAOKÉ 2 fois / mois
	10H00	P RENFORCEMENT MUSCULAIRE 1 fois / mois	14H00	✱ PROJECTION DE FILM 1 fois / mois
	11H00	P STRETCHING 1 fois / mois	14H00	✱ COURS DE DANSE (débutant) 1 fois / mois
			14H15	P COURS DE DANSE DE SALON
	● REPAS BIO et ANIMATION			
MARDI	9H30	P BODY ZEN	13H30	G DESSIN /PEINTURE LIBRE
	10H00	G ACTIVITÉ NUMÉRIQUE	14H00	✱ BAL
	● REPAS et BAL			
MERCREDI	9H30	P PILATES ADAPTÉ	14H00	✱ CONTRÉE ET JEUX DE SOCIÉTÉ
	10H00	G AIDE AUX DEVOIRS	15H15	P YOGA
	● REPAS et ANIMATION			
JEUDI	9H30	P PILATES	14H00	✱ BAL
	10H00	G ATELIER CROCHET PETITES PIEUVRES	15H00	P TAÏ CHI
	10H00	G COURS D'ITALIEN 1 fois / mois		
	● REPAS et BAL			
VENDREDI	9H30	G JEU DE BOULES	14H00	✱ LOTO
	9H30	P GYMNASTIQUE	14H15	G CHORALE
	9H45	G DESSIN / PEINTURE		
	10H00	G CAFÉ POTIN (1 fois/mois)		
	● REPAS et LOTO			

CALENDRIERS ANNUEL & ANNEXES

Calendrier des actions du Service des Séniors / 1er semestre

JANVIER		FEVRIER		MARS		AVRIL		MAI		JUIN	
V 1	Férié	L 1		L 1		J 1		S 1	Férié	M 1	
S 2		M 2		M 2		V 2		D 2		M 2	St-Rémy-de-Provence
D 3		M 3		M 3		S 3		L 3		J 3	Conférence
L 4		J 4	Conférence	J 4		D 4		M 4		V 4	Marche Nordique
M 5		V 5		V 5		L 5		M 5	Arles	S 5	
M 6		S 6		S 6		M 6	Rando Puy-Sainte-Réparade	J 6	Férié	D 6	
J 7		D 7		D 7		M 7	Domaine du Rayol	V 7		L 7	
V 8	Musée Beaux-Arts	L 8	Grotte Cosquer	L 8		J 8	Bal des séniors Place Castellane	S 8	Férié	M 8	Rando Martigues
S 9		M 9	Rando Puits de L'Œuvre	M 9		V 9	Musée Beaux-Arts	D 9		M 9	St-Rémy-de-Provence
D 10		M 10		M 10	Coquillages	S 10		L 10		J 10	
L 11		J 11		J 11		D 11		M 11		V 11	Musée Beaux-Arts
M 12		V 12	Musée Beaux-Arts	V 12	Musée Beaux-Arts	L 12		M 12	Arles	S 12	
M 13		S 13		S 13		M 13		J 13		D 13	
J 14	Bal des séniors Bargemon	D 14		D 14		M 14	Domaine du Rayol	V 14	Musée Beaux-Arts	L 14	
V 15		L 15	Grotte Cosquer	L 15		J 15		S 15		M 15	
S 16		M 16		M 16		V 16	Marche Nordique	D 16		M 16	
D 17		M 17		M 17		S 17		L 17	Férié	J 17	Bal des séniors Charles de Gaulle
L 18		J 18	Bal des séniors Bargemon	J 18	Bal des séniors Bargemon	D 18		M 18	Rando St-Jean-de-Garguier	V 18	
M 19	Rando Fontaine de Voire	V 19	Marche Nordique	V 19		L 19		M 19		S 19	
M 20		S 20		S 20		M 20		J 20	Marche Nordique Bal des séniors Estaque Esp. Mistral	D 20	
J 21		D 21		D 21		M 21		V 21		L 21	
V 22	Marche Nordique	L 22		L 22		J 22		S 22		M 22	
S 23		M 23		M 23	Rando Gardanne	V 23		D 23		M 23	
D 24		M 24		M 24	Coquillages	S 24		L 24		J 24	Journée champêtre
L 25		J 25		J 25		D 25		M 25		V 25	
M 26		V 26		V 26	Marche Nordique	L 26		M 26		S 26	
M 27		S 27		S 27		M 27		J 27	Journée des Séniors	D 27	
J 28		D 28		D 28		M 28		V 28		L 28	
V 29				L 29	Férié	J 29		S 29		M 29	
S 30				M 30		V 30		D 30		M 30	
D 31				M 31				31			

- Sorties
- Randonnées pédestres
- Marche nordique
- Musées
- Conférences
- Bals en ville
- Séjour ANCV
- Journée des Séniors

L M M J V S D Vacances scolaires

Faites vos vœux pour les sorties et randonnées pendant les périodes déterminées ci-dessous :

L M M J V S D **1ère période du 4 au 15 janvier**
- Randonnées des mois de janvier à mars
- Sorties : La Grotte Cosquer, Dégustation de Coquillages

L M M J V S D **2e période du 1er au 12 mars**
- Randonnées des mois d'avril à juin
- Sorties : Le Domaine du Rayol, Arles, Saint-Rémy-de-Provence

L M M J V S D **3e période du 5 juillet au 13 août**
- Randonnées de septembre à décembre
- Sorties : Anduze, Cuges-les-Pins, Roquebrune-sur-Argens

Calendrier des actions du Service des Séniors / 2e semestre

JUILLET	AOÛT	SEPTEMBRE	OCTOBRE	NOVEMBRE	DÉCEMBRE
J 1	D 1	M 1	V 1 Marche Nordique	L 1 Férié	M 1
V 2	L 2	J 2 Anduze	S 2	M 2	J 2
S 3	M 3	V 3	D 3	M 3	V 3
D 4	M 4	S 4	L 4	J 4 Bal des séniors Bargemon	S 4
L 5	J 5	D 5	M 5 Rando Saint-Zacharie	V 5	D 5
M 6	V 6	L 6	M 6	S 6	L 6
M 7	S 7	M 7	J 7 Conférence	D 7	M 7 Rando Barrage de Bimont
J 8	D 8	M 8	V 8	L 8	M 8
V 9	L 9	J 9 Bal des séniors 26e centenaire	S 9	M 9 Rando Pichauris	J 9
S 10	M 10	V 10 Marche Nordique	D 10	M 10	V 10 Marche Nordique
D 11	M 11	S 11	L 11	J 11 Férié	S 11
L 12	J 12	D 12	M 12 Cuges-les-Pins	V 12	D 12
M 13	V 13	L 13	M 13	S 13	L 13
M 14 Férié	S 14	M 14 Séjour ANCV Évian-les-Bains	J 14 Bal des séniors Bargemon	D 14	M 14
J 15	D 15 Férié	M 15	V 15	L 15	M 15
V 16	L 16	J 16	S 16	M 16	J 16
S 17	M 17	V 17	D 17	M 17	V 17
D 18	M 18	S 18	L 18	J 18	S 18
L 19	J 19	D 19	M 19 Cuges-les-Pins	V 19 Roquebrune-sur-Argens	D 19
M 20	V 20	L 20	M 20	S 20	L 20
M 21	S 21	M 21 Rando Roquefort	J 21	D 21	M 21
J 22	D 22	M 22	V 22	L 22	M 22
V 23	L 23	J 23 Bal des séniors Charles de Gaulle	S 23	M 23 Marche Nordique	J 23
S 24	M 24	V 24	D 24	M 24	V 24
D 25	M 25	S 25	L 25	J 25	S 25 Férié
L 26	J 26	D 26	M 26 Cuges-les-Pins	V 26 Roquebrune-sur-Argens	D 26
M 27	V 27	L 27	M 27	S 27	L 27
M 28	S 28	M 28	J 28	D 28	M 28
J 29	D 29	M 29	V 29	L 29	M 29
V 30	L 30	J 30 Anduze	S 30	M 30	J 30
S 31	M 31		D 31		V 31

MÉMO DES VŒUX

Vœux 1ère période	Vœux 2e période	Vœux 3e période
Choix **demandés** : 1- 2- 3-	Choix **demandés** : 1- 2- 3-	Choix **demandés** : 1- 2- 3-
Choix **validés** : 1- 2- 3-	Choix **validés** : 1- 2- 3-	Choix **validés** : 1- 2- 3-

Mes notes



SPORT SANTÉ SÉNIORS

GRATUIT

11e ÉDITION



VOUS AVEZ PLUS DE 65 ANS ?

Venez suivre des cours adaptés pour garder la forme !



INFOS & INSCRIPTIONS
marseille.fr

allô mairie marseille 3013 gratuit

Ville Active & Sportive 2023 2023 2023

VILLE DE MARSEILLE

INSCRIPTIONS ET RENSEIGNEMENTS

Ville de Marseille
Service des Séniors

Les Docks 10.3 (6e étage)
10, place de la Joliette - 13002 Marseille
(accessibilité : prendre la rue des Docks, porte 10.3)
Métro ligne 2 et Tramway 2 & 3 – Station Joliette

OUVERTURE AU PUBLIC

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

Contact :
Secrétariat : 04 91 55 39 41
Inscriptions activités : 04 91 14 67 03 / 04 91 55 38 28 / 04 91 55 31 98
service-des-seniors@marseille.fr

site internet : marseille.fr/social/seniors

VILLE DE MARSEILLE

Ville de Marseille- Imprimerie municipale de Marseille - Imprimé sur papier issu de forêts gérées durablement.