



Seniors Magazine

N°4

MARS / AVRIL 2025



Centre Communal
d'Action Sociale
VILLE D'ARLES



Éditorial

J'espère que vous vous portez bien et que vous êtes prêts à profiter des festivités à venir. Le printemps s'annonce en effet riche en événements, et je suis ravi de partager avec vous le programme de cette nouvelle édition de notre magazine.

Nous aurons besoin de toute votre énergie pour participer aux festivités qui nous attendent. Le carnaval d'Arles se tiendra le 2 mars, suivi du bal du printemps le 4 avril. Ces événements seront l'occasion de partager des moments de joie et de convivialité. Vous êtes aussi, conviés à vivre l'aficion et la fête, le 14 et le 29 avril, avec l'opération « les seniors font leur feria ». Ce sera une belle opportunité pour nos aînés de se retrouver et de célébrer ensemble.

Dans ce magazine, vous découvrirez également vos droits et toutes les autres animations qui rythmeront le printemps et la période estivale. L'équipe municipale et tous les agents du pôle seniors du CCAS sont heureux de pouvoir compter sur votre présence et votre enthousiasme. Nous sommes là pour vous accompagner, vous conseiller et partager avec vous ces moments de fête.

Je vous souhaite à toutes et à tous une belle saison festive, remplie de joie et de partage.

Prenez soin de vous.



Patrick de Carolis,
Maire d'Arles,
Président de l'agglomération Arles
Crau Camargue Montagnette
Président du CCAS



Erick Souque,
Adjoint au Maire,
Délégué à l'Action sociale, la solidarité
et aux seniors
Vice Président du CCAS



Lumière **SUR...**

“Connaitre ses droits et être accompagné par le Pôle Infos seniors »

Le Pôle Infos seniors est un service d'information qui peut vous renseigner et vous orienter sur toutes les démarches liées à l'avancée en âge : comment mettre en place une aide à domicile ? Comment bénéficier du minimum vieillesse (ASPA) ? Comment aider un proche qui a des pertes de mémoire ? Qu'est-ce que la télé assistance ? Quelles démarches faire pour adapter mon logement à ma perte d'autonomie ? Comment se déroule une entrée en résidence autonomie ?

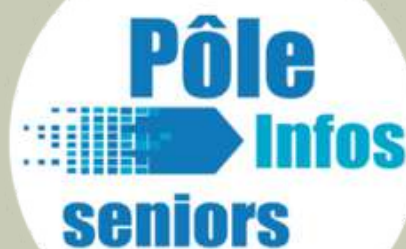
Le service s'adresse aux personnes de plus de 60 ans, vivant sur la commune d'Arles, ainsi qu'à leurs aidants ou leur entourage.

En effet, les aidants peuvent également être accompagné par le service. Si vous ou l'un de vos proches âgés rencontrez une difficulté, le Pôle Infos seniors est là pour vous soutenir.

Les Conseillères Autonomie du Pôle Infos seniors peuvent vous renseigner et vous accompagner dans la réalisation de certaines démarches. Elles vous accueillent du lundi au vendredi au CCAS, 11 rue Parmentier, de 8h15 à 12h30 et de 13h30 à 16h45 (16h le vendredi) – accueil fermé le lundi matin.

Vous pouvez également être reçu lors d'une permanence à Raphèle, Moulès, Mas Thibert ou Salin de Giraud. Le Pôle Infos seniors se déplace également dans les clubs pour venir à votre rencontre.

Lors des ateliers « questions -réponses sur vos droits », les lundis après-midi, vous pouvez prendre part à un échange collectif sur la thématique de votre choix. C'est un moment pour se sensibiliser, apprendre et anticiper certaines démarches. Les jeudis après-midi, vous pouvez bénéficier d'un entretien individuel pour aborder plus spécifiquement votre situation et être accompagné. Référez-vous au planning pour connaître les dates de notre venue !



**Pôle
Infos
seniors**

**POUR TOUT RENSEIGNEMENT
CONTACTEZ-NOUS
AU**

04 90 49 47 84.



L'ÉQUIPE DU PÔLE INFOS SENIORS

es SPECTACLES & SORTIES

**DIMANCHE
2 MARS
15H00**

ARLES
Mairie de la Ville d'Arles



CARNAVAL DE LA VILLE D'ARLES

Repas tiré du sac : 12h00 Club Morizot
Préparation du défilé : 13h30 Club Morizot
Défilé : 15h00 : Croisière

**DIMANCHE
9 MARS
14H30**



APRÈS-MIDI DANSANTE

Offerte par AVEC et animée par le groupe
"The Larcenists"
Buvette sur place

SALLE DES FÊTES
Gratuit

**MARDI
18 MARS
9H30**



JOURNÉE AUX BAUX DE PROVENCE

Repas pris au restaurant
Rendez-vous à la maison de la vie
associative

Tarif transport : **3.80€**
Réservation auprès du service animation

**MERCREDI
19 MARS
20H**



RÉCITAL DU PIANISTE
"BACHAR MAR-KHALIFE",
chanteur/pianiste et multi instrumentaliste
THÉÂTRE D'ARLES

Réservation auprès du service animation
Paiement au théâtre: **5€**
Places limitées

**DIMANCHE
6 AVRIL
10H**

LE MÉJAN



CONCERT "QUATUOR À CORDES TALICH"

10h Petit déjeuner offert par l'association
CHAPELLE DU MEJEAN

Réservation auprès du service animation
Places limitées

**VENDREDI
11 AVRIL
14H30**



LOTO DES SENIORS

5€ les 2 cartons
Nombreux chèques cadeaux
CLUB BARAILLER
Inscription obligatoire
Réservation auprès du service animation
Places limitées

**JEUDI
17 AVRIL
14H**



VISITE GUIDÉE DU DOMAINE "MAS DES TOURELLES" BEAUCAIRE

Cave/site archéologique/dégustation salée
Paiement au domaine : **9.90€ à 16.50€** suivant
le nombre de participant
Réservation auprès du service animation
Tarif transport : **3.6€**
Rdv à 13h30 - Maison de la vie associative

**MARDI
22 AVRIL
15H**



CHASSE À L'OEUF DANS LE JARDIN
DU CLUB BARAILLER
avec la halte garderie "Gribouille"
CLUB BARAILLER



JEUDI
24 AVRIL
11H

VISITE DU CHÂTEAU DU ROI RENÉ À TARASCON

Rendez-vous à la maison de la vie
associative
Repas au restaurant ou
pique-nique selon météo



Tarif transport : **3.8€**
Réservation auprès du service animation

VENDREDI
25 AVRIL
14H

RENCONTRE MUSICALE AVEC L'ASSOCIATION "LIBERTÉ D'EXPRESSION"

Découverte d'instruments de musique avec
démonstration

MAISON DE LA VIE ASSOCIATIVE

Réservation auprès du service animation



MERC.
30 AVRIL
10H

JOURNÉE A LA VERRERIE

Activités manuelles
Pétanque
TRINQUETAILLE



DU 12 AVRIL
AU
11 MAI

FESTIVAL DU DESSIN

Exposition dans différents lieux emblématiques de la
ville d'Arles avec pour tête d'affiche l'artiste "Jean-
Michel Folon"



Contactez le service animation pour la date de la
visite médiatisée

PERMANENCES DE PAIEMENTS

Spectacle/gouter du mois de la femme

Mercredi 12 mars : 10h/12h CCAS



Repas Féria club Barailler

Jeudi 13 mars : 10h/12h CCAS



Repas Féria restaurant Morizot

Vendredi 14 mars : 10h/12h CCAS

Bal du printemps

Lundi 10 mars : 10h/12h CCAS

Mardi 11 mars : 10h/12h CCAS

Lundi 17 mars : 10h/12h CCAS



Sorties et randonnées

Vendredi 7 mars : 10h/12h CCAS

Jeudi 3 avril : 10h/12h CCAS

Jeudi 10 avril : 10h/12h CCAS



Les sorties ou animations sont susceptibles d'être annulées ou reportées

Les **ATELIERS**



COIFFURE & ESTHÉTIQUE

LYCÉE CHARLES PRIVAT

Vendredi 14 mars - 8h à 12h

Vendredi 4 avril - 8h à 12h

Séance d'esthétique et coiffure dans
salon privatisé au sein de l'établissement

10 rue Lucien Guintoli - 13200 Arles

Renseignements, tarifs et horaires au
service animation



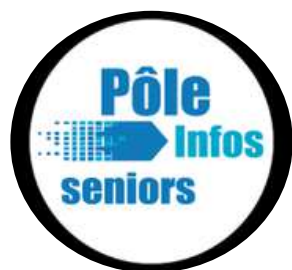
ATELIERS CRÉATIFS SUR LE THÈME DU PRINTEMPS

Mercredis 5, 26 mars & 2 avril

14h club Barailler

Lundis 3, 10, 17, 24, 31 mars & 7, 14, 28 avril

14h Club Belmondo



LES ATELIERS DU POLE INFOS

SENIORS

**QUESTION / RÉPONSE SUR
VOS DROITS**

Lundi 17 mars - Club Barailler

Lundi 31 mars - Club Belmondo

Lundi 14 avril - Club Morizot

de 14h à 15h30



LES ATELIERS NUMÉRIQUES DÉBUTANT DU CCAS

Mardis 11, 18 et 25 mars

Mardis 1, 8, 15, 22 et 29 avril

de 9h à 11h

au CCAS

Places limitées



ATELIER MUSICAL DANS LE CADRE DU "MOIS DE LA FEMME"

Avec Guylaine Renaud et les chorales

"A cœur joie" et "le cœur des cigales"

Mercredi 12 et 19 mars

CLUB BARAILLER

Inscription auprès du service animation

Les

ACTIVITÉS BIEN-ÊTRE

L'ATELIER SPORT SANTÉ - OFFICE DES SPORTS

Raphèle - Salle Maggie Carlevan
Tous les vendredis
8h45 à 10h45

Dojo de Barriol - Rue Cascina
2 groupes
Tous les mercredis
8h00-9h30 et 9h30-11h00

Stade des cités
2 groupes
Tous les lundis
9h00-10h30 et 10h30-12h00

Salin de Giraud - Gymnase de l'école
Tous les lundis
14h00-16h00

Inscription auprès de l'office des sports



ATELIER DANSE ADAPTEE

Lundis 14 et 28 avril
Lundis 5, 12, 19 et 26 mai
Lundis 2, 16, 23 et 30 juin
14h-15h30

Salle Maggie Carlevan - Raphèle



ATELIER MÉMOIRE

Jeudis 3, 10, 17 et 24 Avril
Jeudis 15 et 22 mai
Jeudis 5 et 12 juin
14h-16h

Salle des Alyscamps - Arles



ATELIER SOMMEIL

Mercredis 23 et 30 avril
Mercredis 7, 14 et 21 mai
9h-11h

Club Barailler - Grifeuille

Vendredis 2 et 9 mai
9h30-11h30

Maison De la Vie Associative - Arles

Inscription auprès du service animation

PERMANENCES DE PAIEMENTS RANDONNÉES

Randonnées : **Vendredi 7 mars** et **jeudis 3 & 10 avril** - 10h/12h CCAS



Les sorties ou animations sont susceptibles d'être annulées ou reportées



Les

MARCHEURS ARLESIENS

LES RANDONNÉES DU MOIS DE MARS

Mardi 11 mars - Randonnée à Fontvieille / Possibilité transport en mini-bus **2.20€**

Mardi 18 mars - Marche sur la commune d'Arles

Mardi 25 mars - Randonnée à Méjanès au Vaccarès / Possibilité transport en mini-bus **4.20€**

Rdv à 13h30 - **Maison de la vie associative**

LES RANDONNÉES DU MOIS DU MOIS D'AVRIL

Mardi 1er avril - Marche sur la commune d'Arles

Mardi 8 avril - Randonnée Saintes Marie de la mer / Possibilité transport en mini-bus **7.40€**

Mardi 15 avril - Marche sur la commune d'Arles

Rdv à 13h30 - **Maison de la vie associative**



RANDONNÉE À LA JOURNÉE

Mardi 29 avril

“Sentier de la Baume” Poulx

Prévoir pique-nique

Possibilité transport en mini-bus **7.40€**

Rdv à 9h30 - **Maison de la vie associative**



PERMANENCES DE PAIEMENTS RANDONNÉES

Randonnées : **Vendredi 7 mars** et **jeudis 3 & 10 avril** - 10h/12h CCAS



Les sorties ou animations sont susceptibles d'être annulées ou reportées

L'ÉQUIPE
D'ANIMATION
SENIORS
VOUS PROPOSE

UN MOIS DE MARS POUR METTRE A L'HONNEUR TOUTES LES FEMMES

Mardi 4 mars - 14h30

Projection de 2 documentaires
"Archives de femmes" avec le CIDFF
Club Barailler - Rue Watton-Chabert
Places limitées - Gratuit

Jeudi 6 mars - 14h00

Visite commentée à la découverte des
personnages féminins du musée (aventurière
Provençale, femmes mythiques...)

Musée Arlaten

PLACES LIMITÉES - GRATUIT

Samedi 8 mars - à partir de 15h30

Journée "Droits des femmes" organisée
par le CIDFF
Tiers-lieu "POP 1 rue f. de Lessep
Buvette, goûter, rencontre littéraire,
danse, musique, cabaret, concert.

Jeudi 13 mars - 9h30 à 11h30

Visite découverte des personnages féminins hauts en
couleur de la mythologie gréco-romaine + atelier de
pratique artistique (technique du collage).

Musée de l'Arles Antique

PLACES LIMITÉES - GRATUIT

13h30

Projection d'un film de 2022 "Une femme lanceuse
d'alerte et animée d'un courage remarquable". A l'issue du
film un groupe de femmes réfugiées viendront raconter
leurs histoires de vie et leurs combats.

Médiathèque

PLACES LIMITÉES - GRATUIT

Vendredi 21 mars - 14h00

Projection format cinéma avec grand écran d'extraits les
plus connus de l'opéra "Mireille" de Gounod tournés dans
la cours du musée Arlaten.

Musée de l'Arles Antique

PLACES LIMITÉES - GRATUIT

Vendredi 28 mars - 14h30

Clôture du mois des droits des femmes
Tour de chants de Guilaine Renaud et les chorales
"A cœur joie" et "Le cœur des cigales"
Club Barailler - Rue Watton-Chabert
PLACES LIMITÉES

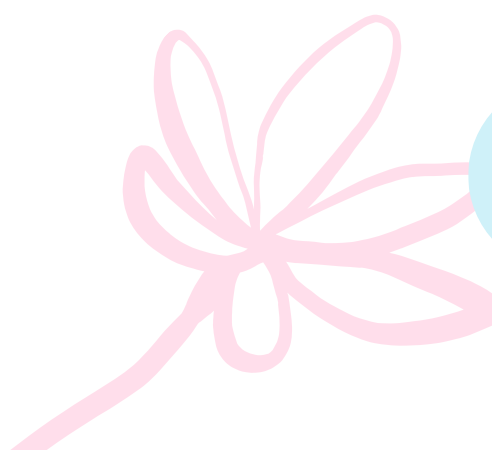
6.60€

Inscription : 04.90.18.82.66

Permanence de paiement



Mercredi 12 mars 10h/12h CCAS



Grand bal du printemps

Animation
musicale
Collation

6€60

Vendredi 4 avril

à 14h00

Salle des fêtes



**PERMANENCES
DE PAIEMENT**

**10, 11, 17
MARS
10H/12 CCAS**



LOTO DES SENIORS

**JEUDI 10 AVRIL
CLUB BARAILLER**

Boulevard des Lices 13200 Arles

14h30

**INSCRIPTION
OBLIGATOIRE AU CCAS
PLACES LIMITÉES**

**5€ LES
DEUX CARTONS**

*Cartons à acheter
le jour même*

**NOMBREUX CHÈQUES
CADEAUX À GAGNER**



REPAS FERIA



12€



Lundi 14 avril : Restaurant Morizot

Paiement -13 mars 10h/12 CCAS 

Mardi 29 avril : Club Barailler

Paiement -14 mars 10h/12h CCAS 

PLACES LIMITEES

**INSCRIPTIONS & PAIEMENTS UNIQUEMENT
LORS DES PERMANENCES D'ENCAISSEMENT**



**VISITE
GUIDÉE**

ABBAYE SILVACANE

**13640 - LA ROQUE
D'ANTHERON**

GRATUIT



**SUR
INSCRIPTION
AU CCAS**

MARDI 6 MAI

JEUDI 15 MAI

JOURNÉE THALASSO

THALACAP
SAINTES MARIE DE LA MER

50€

Déjeuner

**Entrée, plat, dessert au restaurant
"Le Grain de Sel"**

**Accès à l'espace bien-être sur la
journée (piscine, sauna)**

**1 cours de yoga
1 cours d'aquagym**

**Prêt du nécessaire thalasso
(peignoir, bonnet, serviettes, sandales)**

PRÉINSCRIPTIONS AUPRÈS DU SERVICE ANIMATION

Paiement Thalasso **1er arrhes 30%** : **19 mars**/ 10H-12H CCAS

Paiement **2ème arrhes** : **7 mai**/10H-12H CCAS

Possibilité transport minibus : **7.40€** (places limitées)



Nos

CLUBS



La direction Autonomie et Vie des Seniors du CCAS vous propose quatre clubs, qui offrent de nombreuses prestations axées sur l'animation, la prévention et la restauration.

Venez partager des moments chaleureux, rencontrer de nouvelles personnes, découvrir de nouvelles activités ou entretenir votre forme.

Autour d'un café ou d'une partie de carte, avec des amis ou seul, rejoignez nous et profitez d'un moment de convivialité !

TREBON

1 rue de Verviers
04.90.96.77.08

Ouvert **lundi, mardi, mercredi, vendredi**
10h/12h - 13h/17h30
Fermeture : **jeudi**

CLUB BELMONDO

BARRIOL

28 rue Cascina
06.10.50.62.39

Ouvert **lundi, mercredi, jeudi, vendredi**
10h/12h - 13h/17h30
Fermeture : **mardi**

CLUB BILLOT

GRIFFEUILLE

Rue Watton-Chabert
04.90.49.39.33

Ouvert **lundi, mardi, jeudi, vendredi**
10h/12h - 13h/17h30
Fermeture : **Mercredi**

CLUB BARAILLER

CENTRE VILLE

Boulevard des Lices
06.18.16.11.04

Ouvert du **lundi au vendredi**
10h/12h - 13h/17h30

CLUB MORIZOT

CENTRE VILLE

Boulevard des Lices
(derrière la salle des fêtes)

06.18.46.11.04

Ouvert du

lundi au vendredi
de 11h30 à 13h

RESTAURANT MORIZOT

Le restaurant vous accueille tous les jours pour partager un moment convivial en famille ou entre amis.

Les prix varient en fonction des ressources de 1€30 (aide sociale) à 10.10€.

Repas enfants (6.15€) et repas invités (12.35€) proposés à la demande.



Les informations & **PERMANENCES**

PERMANENCES D'INFORMATIONS

Les jeudis dans les Clubs
Seniors

Des permanences d'information et d'orientation sur toutes vos démarches seniors sont organisées dans les clubs :

Jeudis 6 mars et 3 avril de 13h30 à 15h30 - club Morizot
Jeudis 13 mars et 10 avril de 13h30 à 15h30 - club Barailler
Jeudis 20 mars et 17 avril de 13h30 à 15h30 - club Billot
Jeudis 27 mars et 24 avril de 13h30 à 15h30 - club Belmondo

POLE INFOS SENIORS

Service dédié aux personnes
de plus de 60 ans et leur
entourage



PERMANENCES D'ACCUEIL AU CCAS

Sans rendez-vous
Pôle Services Publics 1 - 11 rue Parmentier - Rez-de-chaussée - Bureau 020
Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 16h30
Fermé le lundi matin

PERMANENCES D'ACCUEIL EXTÉRIEURES

Sur rendez-vous au 04.90.49.47.84
Raphèle - Mairie annexe - Salle des sociétés
Salin de Giraud - Pôle santé - social
Mas-Thibert - Centre socio-culturel "Les Tuiles Bleues"
Moules - Mairie annexe - Salle de réunion

SERVICE ANIMATIONS

Du lundi au vendredi
9h00/12h00 - 14h00 à 17h00
04.90.18.82.66
06.33.61.53.64

Pour répondre aux besoins les plus diversifiés, le Service Animations et Clubs seniors met en place des activités visant à favoriser un tissu relationnel riche, à découvrir de nouveaux centres d'intérêts et à pratiquer de nouveaux loisirs.

Le service travaille en réseau avec de nombreux acteurs du territoire, notamment l'ES 13, afin de permettre aux seniors de profiter pleinement de leur temps libre et participer à la vie socioculturelle de la commune.

Votre magazine consultable en ligne !

<https://arles.fr/publications>