

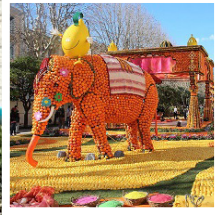
# Séniors

VILLE DE LA CRAU

LE PROGRAMME  
DE JANVIER A JUIN 2025



*Escapade  
en Italie*



**REPAS**

**SORTIES**

**THÉS DANSANTS**

**ANIMATIONS**

**ATELIERS**

...

*ce programme est susceptible d'évoluer,  
en fonction de la situation sanitaire  
ou des conditions météorologiques*

**Centre Communal d'Action Sociale**

# PROGRAMME DES ANIMATIONS



## JANVIER

### INSCRIPTIONS

A partir du mardi 31 décembre, les matins de 8h à 12h, du mardi au vendredi à l'Office de Tourisme

### ATELIERS GRATUITS

#### Atelier Méditation

**Tous les jeudis,  
du 9 janvier au 27 mars**

**Foyer des Anciens – de 10h à 11h30**

10 séances réservées aux Craurois,  
proposées en partenariat avec le CODES83

#### Atelier Yoga douceur

**Tous les vendredis,  
du 4 avril au 23 mai**

**Foyer des Anciens – de 9h à 10h30**

6 séances réservées aux Craurois,  
proposées en partenariat avec l'ASEP

---

### GOÛTER DANSANT

**« Galette des Rois »**

**Mardi 14 janvier**

**Espace culturel Jean-Paul Maurric 14h30**

Gratuit pour les Craurois et 8 € pour les habitants  
hors commune

---

### SORTIE AU CABARET ÉQUESTRE DES MYLORDS (Tarascon)

**Vendredi 17 janvier**

Départ à 8h devant l'Office de Tourisme

**Au programme :** présentation des costumes d'Arlésiennes, visite de la sellerie et des écuries, déjeuner dans le manège avec spectacle « Les 30 ans des Mylords » (voir menu ci-dessous), et à 15h30 village animé « Le Monde de Daudet », avec projection représentant les 25 histoires des « Lettres de mon moulin », sur un plateau scénique comprenant plus de 1000 santons

**Menu :** Cocktail et sa tapenade, Caillette de taureau de Camargue aux herbes, Gardiane de taureau avec son riz de Camargue et tomate provençale, Tiramisu, vin, café

**Tarif :** 68 € par personne

---

# SÉNIORS de 60 ans et +



## REPAS DANSANT DOMINICAL « CHOUCROUTE »

**Dimanche 26 janvier**

**Espace culturel Jean-Paul Maurric – 12h**

Attention ! Apporter vos couverts

**Tarif :** 24 € pour les craurois, 30 € pour les habitants hors commune

## LOTO

**Mardi 28 janvier**

**Espace culturel Jean-Paul Maurric – 14h30**

Réservé aux Craurois

5 € les 3 cartons, 10 € les 7 cartons

**Lots à gagner :**

bons d'achats chez les commerçants craurois



## FÉVRIER

### INSCRIPTIONS

A partir du mardi 31 décembre, du mardi au vendredi, de 8h à 12h, à l'Office de Tourisme

## REPAS « CRÊPES » DANSANT

**Mardi 4 février**

**Espace culturel Jean-Paul Maurric – 12h**

Attention ! Apporter vos couverts

**Tarif :** 18 € pour les Craurois  
et 24 € pour les habitants hors commune

## SÉANCE DE CINÉMA

### Film « Monsieur AZNAVOUR »

De Mehdi IDIR et Grand Corps Malade,  
avec Tahar RAHIM

**Mardi 25 février**

**Espace culturel Jean-Paul Maurric – 14h30**

*Fils de réfugiés, petit, pauvre, à la voix voilée, on disait de lui qu'il n'avait rien pour réussir. À force de travail, de persévérance et d'une volonté hors norme, Charles Aznavour est devenu un monument de la chanson, et un symbole de la culture française. Avec près de 1200 titres interprétés dans le monde entier et dans toutes les langues, il a inspiré des générations entières. Découvrez le parcours exceptionnel et intemporel de MONSIEUR AZNAVOUR.*

**Tarif :** 5 € par personne (règlement sur place)





# PROGRAMME DES ANIMATIONS



## SORTIE À LA FÊTE DU CITRON DE MENTON

**Jeudi 27 février**

**(inscriptions à compter du mardi 10 décembre)**

Départ à 12h30 et retour nocturne

**Au programme :** la traditionnelle exposition d'agrumes des Jardins Biovès (entrée et visite libres), découverte du Salon des Artisans et des Orchidées (entrée et visite libres), dîner libre, et à 21h retrouvez la pulpe d'un événement unique en assistant au Corso Nocturne de la Fête du Citron en tribune

**Tarif :** 65 € par personne

## MARS

### INSCRIPTIONS

A partir du mardi 4 février, du mardi au vendredi, de 8h à 12h, à l'Office de Tourisme pour les animations de mars et pour le séjour en Italie du mois de mai

### GOÛTER DANSANT

**« Fête des Grands-mères »**

**Mardi 4 mars**

**Espace culturel Jean-Paul Maurric – 14h30**

Gratuit pour les Craurois et 8 € pour les habitants hors commune



### ATELIER YOGA DU RIRE

**Mardi 11 mars**

**Foyer des Anciens – de 9h30 à 10h45**

Séance gratuite réservée aux Craurois (prise en charge par le CCAS)

### LOTO

**Mardi 25 mars**

**Espace culturel Jean-Paul Maurric – 14h30**

Réservé aux Craurois

5 € les 3 cartons, 10 € les 7 cartons

**Lots à gagner :**

bons d'achats chez les commerçants craurois



### SORTIE DÉJEUNER SPECTACLE AU DOMAINE LE BILLARDIER (Tourves)

**Samedi 29 mars**

Départ à 8h30 devant l'Office de Tourisme  
Spectacle Cabaret et repas avec agneaux à la

# SÉNIORS de 60 ans et +



broche

Sortie réservée aux Craurois

**Tarif** : 63 € par personne

## AVRIL

### INSCRIPTIONS

A partir du mardi 4 mars, du mardi au vendredi, de 8h à 12h, à l'Office de Tourisme

### SÉANCE DE CINÉMA

**Mardi 29 avril**

**Espace culturel Jean-Paul Maurric – 14h30**

Le film projeté sera choisi parmi les nouveautés 2025 et sera annoncé dans le mensuel de mars

**Tarif** : 5 € par personne (règlement sur place)



## MAI

### INSCRIPTIONS

A partir du mardi 1<sup>er</sup> avril, du mardi au vendredi, de 8h à 12h, à l'Office de Tourisme

### DÉJEUNER EN PLEIN AIR DE LA FÊTE DES MÈRES AIOLI

**Mardi 13 mai**

**Boulodrome de l'Estagnol – 12h**

**REPAS GRATUIT RÉSERVÉ AUX CRAUROIS**

**DE PLUS DE 70 ANS**

Attention ! Apporter vos couverts

*En cas d'intempéries, le déjeuner se déroulera à l'Espace culturel Jean-Paul Maurric*



### SÉJOUR EN ITALIE, « ESCAPADE A GÈNES »

**Du 21 au 23 mai**

**(inscriptions à compter du  
mardi 4 février)**

Départ à 6h30 de l'Office de Tourisme

Séjour 3 jours / 2 nuits

**Au programme** : visite de l'aquarium de Gênes, Rapallo (station balnéaire) et Portofino (village de pêcheurs avec ses maisons colorées), visite guidée du Cimetière Monumental de Staglieno et temps libre dans la ville

**Tarif** : 440 € par personne, comprenant l'assistance rapatriement, l'assurance annulation, les dîners. Programme complet du séjour disponible sur demande



# PROGRAMME DES ANIMATIONS



## LOTO

**Mardi 27 mai**

**Espace culturel Jean-Paul Maurric – 14h30**

Réservé aux Craurois

5 € les 3 cartons, 10 € les 7 cartons

**Lots à gagner :**

bons d'achats chez les commerçants craurois

## JUIN

### INSCRIPTIONS

A partir du mardi 29 avril, du mardi au vendredi, de 8h à 12h, à l'Office de Tourisme

### CONCOURS DE BOULES & DE CARTES

**Mardi 3 juin**

**Place Félix Reynaud  
et Foyer des Anciens – 14h**

Réservé aux Craurois

(inscriptions au Foyer des Anciens)

L'après-midi sera clôturé par un moment convivial autour d'une anchoïade, à partir de 17h

Gratuit



### SORTIE JOURNÉE À GORDES

**Vendredi 6 juin**

Départ à 7h de l'Office de Tourisme

**Au programme :** visite guidée de l'Abbaye de Sénanque, déjeuner au restaurant à Gordes, après-midi découverte du village de Roussillon et visite guidée de la Maison du Fruit Confit à Apt avec dégustation

**Tarif :** 79 € par personne



### ATELIER YOGA DU RIRE

**Mardi 10 juin**

**Foyer des Anciens – de 9h30 à 10h45**

Séance gratuite réservée aux Craurois  
(prise en charge par le CCAS)

# SÉNIORS de 60 ans et +



## LOTO EN PLEIN AIR

**Mardi 17 juin**

**Parvis de l'Espace Jean Natte - 17h**

Réservé aux Craurois

5 € les 3 cartons, 10 € les 7 cartons

Lots à gagner : bons d'achats chez les commerçants craurois

**Le loto sera suivi d'un apéritif et d'une soirée « Grillades »**



# MODALITÉS

## Renseignements & inscriptions :

### Inscriptions

Les matins, du mardi au vendredi, de 8h à 12h à l'Office de Tourisme, dans la limite des places disponibles

### Infos

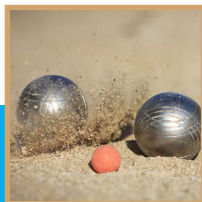
- ✓ Auprès du Service Solidarité CCAS, en Mairie Annexe (15 Boulevard de la République)
- ✓ Par téléphone au 06.49.51.02.22

### A noter

✓ L'ensemble des modalités d'inscription, de désistement ou de remboursement figure dans le Règlement des Animations Séniors, consultable à l'Office de Tourisme ou sur le site internet de la Ville (Rubrique « Mes démarches et Services / Solidarité et Services aux Seniors »).

✓ Les habitants d'autres communes peuvent s'inscrire en cas de places vacantes, huit jours avant l'animation.

✓ Les tarifs sont indiqués sous réserve de modification du prestataire.



# PERMANENCES

## ■ CRESUS

*(Accompagnement des personnes en difficulté financière et prévention du surendettement)*

Tous les 3<sup>ème</sup> lundis matin de chaque mois  
Foyer des Anciens - de 9h à 11h  
Sur rendez-vous :  
04.94.48.18.63 / 06.09.97.30.08

## ■ France Alzheimer, point d'accès conseils

Tous les 4<sup>ème</sup> mercredis matin de chaque mois  
Foyer des Anciens - de 10h à 12h  
Sur rendez-vous : 04.94.09.30.30

## ■ France Parkinson

Foyer des Anciens  
Sur rendez-vous : 07.64.76.28.85

## ■ France Services

*(Aide pour les démarches administratives)*  
Les lundi, mercredi, vendredi de 8h30 à 12h et 13h à 17h et le mardi de 13h à 17h  
Espace Pluriel (rez-de-chaussée)  
Tel : 04.94.01.46.57

## ■ Service Solidarité - CCAS

Du lundi au vendredi, de 8h à 12h et de 13h30 à 17h. Tel : 04.94.01.56.72

# CONTACT

## Centre Communal d'Action Sociale

Boulevard de la République - 83260 LA CRAU

## Office de Tourisme

Avenue du 8 mai 1945 - 83260 LA CRAU

Tél : 06.49.51.02.22