

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^{er} 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^{ème} 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^{ème} 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