

BIEN VIEILLIR À VITROLLES

GUIDE DES SENIORS

Édito

Vitrolles, une ville où il fait bon vivre quel que soit son âge.

A Vitrolles, on y est bien et on y reste. Au-delà du village, la ville nouvelle a emmené avec elle des familles d'une composition assez homogène. 40 ans après, beaucoup d'entre elles sont restées et se sont enracinées. Les enfants sont devenus parents, et les parents grands-parents voire arrière grands-parents. Quatre générations cohabitent désormais et c'est une nouveauté. Vitrolles est devenue une ville familiale où toutes les générations ont plaisir à se retrouver et à vivre ensemble.

Notre ambition est claire : chaque personne âgée doit être placée au cœur de nos dispositifs, en tant qu'usager mais aussi en tant qu'acteur reconnu et écouté. L'adaptation et l'évolution de nos politiques publiques à destination des seniors, dans des domaines aussi variés que les loisirs, le sport, la santé et le soutien des plus fragiles, se construisent au quotidien en partenariat avec les différents acteurs du territoire.

Ce guide se veut le plus complet possible en fournissant de nombreux renseignements et contacts pour que chacun puisse trouver l'information dont il a besoin en fonction de sa situation, de ses envies et de ses besoins.

Bonne lecture à toutes et tous.



Odette DESCLOIX
Conseillère municipale déléguée
à la Petite enfance et aux Seniors



Loïc GACHON
Maire de Vitrolles

Sommaire

p.4 Me divertir, me cultiver

p.7 M'entretenir, me promener

p.9 M'impliquer, m'investir

p.11 Me déplacer

p.13 Préserver ma santé

p.15 M'informer, me faire aider

p.18 Le Centre Communal d'Action Sociale à mon écoute

p.21 Numéros & infos utiles



Me divertir, me cultiver

Il y a toujours quelque chose à faire sur Vitrolles. Les équipements culturels et les partenaires associatifs proposent tout au long de l'année un grand nombre de spectacles, conférences, expositions. Autant d'occasions pour s'enrichir, profiter de moments conviviaux et retrouver ses amis.

Je profite des temps forts proposés par la Ville

Des temps entièrement gratuits sont proposés tout au long de l'année aux seniors de + de 65 ans. L'occasion de se retrouver entre amis ou de faire de nouvelles rencontres lors de temps conviviaux.

LE SAVIEZ-VOUS ?

- **Semaine bleue** : au mois d'octobre une programmation riche en balades, conférences, expositions et concerts.
- **Les Bals d'automne et de printemps**

Je bénéficie de tarifs réduits sur la programmation culturelle

Avec une programmation riche et variée, la saison culturelle offre un large choix de spectacles que ce soit au théâtre municipal de Fontblanche ou à la salle de spectacles *Guy Obino*. Théâtre, cirque, concert, humour, de quoi satisfaire tous les goûts et partager ces temps culturels entre amis ou en famille. Les seniors de + de 62 ans bénéficient de tarifs réduits.

Programmation ici



LE SAVIEZ-VOUS ?

Bénéficiez du tarif abonné en choisissant au minimum 4 spectacles programmés dans la saison culturelle. **Retrouvez toute la programmation et réservez vos billets sur vitrolles13.fr - Renseignements : 04 42 02 46 50**

Je vais au cinéma municipal *Les Lumières*

Avec 3 salles de projection, le cinéma municipal *Les Lumières* accueille tous les publics et programme des films en lien avec ses 3 labels d'excellence à savoir : Patrimoine et Répertoire, Recherche et Découverte, et Jeune Public. Les seniors de + de 62 ans bénéficient d'un tarif à 4€ la place !

Cinéma municipal *Les Lumières* - 31 Arcades des Cîteaux - Tél. 04 42 77 90 77

J'assiste aux conférences des *Mardis de la Passerelle*

GRATUIT

Les conférenciers, spécialistes dans leur domaine, vous proposent des approches originales et des regards différents sur les enjeux de sociétés.

Renseignements : 04 42 77 90 40 / 95 30
et sur mediatheques.vitrolles13.fr



Je m'inscris aux cours de la Passerelle des Savoirs

Arts et civilisations, astronomie, histoire, santé, musique... C'est vous qui choisissez la ou les disciplines que vous souhaitez découvrir ou approfondir. Nul examen à la clef, juste le plaisir d'apprendre à tout âge et dans la convivialité.

Toutes les informations auprès de la Maison Pour Tous de Vitrolles :
04 42 89 80 77

Je participe à la grande dictée **GRATUIT**

Un mardi par mois, la médiathèque La Passerelle propose La grande dictée. Une activité stimulante de réflexion sur les sons, les mots et leur sens sur le modèle des dictées de Bernard Pivot.

Programmation sur mediatheques.vitrolles13.fr

Je me fais déposer mes livres chez moi **GRATUIT**

Sous certaines conditions, il est possible de profiter d'un portage de livres à domicile. Renseignez-vous auprès des agents des Médiathèques.

Médiathèque *La Passerelle* - Tél. 04 42 77 90 40

Mardi 10h/19h - Mercredi, vendredi, samedi 10h/18h - Jeudi 12h/18h

Médiathèque *Georges Brassens* - Tél. 04 42 77 95 30

Mardi 14h/19h - Vendredi 14h/18h - Mercredi, samedi 10h/18h

www.mediatheques.vitrolles13.fr

LE SAVIEZ-VOUS ?

Depuis le 1/1/2023, l'adhésion aux médiathèques est gratuite pour tous et donne la possibilité d'emprunter 36 documents (30 livres/magazines/CD + 3 films en DVD + 3 jeux de société) pour une durée de 3 semaines.



M'entretenir, me promener

Restez en forme, faites du sport et bougez !

Vitrolles, de par ses atouts géographiques, est un territoire qui offre une large palette de pratiques sportives libres de pleine nature. Les équipements sportifs sont nombreux, l'offre variée vous permet de pratiquer des activités adaptées à votre âge.

Je fais du sport avec le « Passeport senior »

L'occasion de pratiquer durant l'année, de septembre à juin, de nombreuses activités physiques adaptées, en toute sécurité et en évitant tous excès grâce à des éducateurs diplômés. L'offre est variée et les tarifs doux, seule condition avoir 60 ans. Randonnée pédestre, VTC, gym, tai chi-chuan, yoga, tennis et escalade en salle... vous sont proposés.

Renseignements : 04 42 77 63 38



Je pratique l'aquagym à la piscine des Hermès

Sport complet, l'aquagym permet de modeler sa silhouette, augmente le tonus musculaire et respiratoire et améliore la circulation sanguine sans violence pour le corps.

Vitrolles Sport Natation

Tél. 04 42 89 95 79 / natavsn13@bbox.fr

Lundi 12h15/13h et 19h05/19h50 - Vendredi 12h15/13h et 19h15/20h

Métropole (numéro piscine des Hermès) - Tél. 04 88 72 92 85 - Jeudi 13h20/14h10

Je m'entretiens avec la gym Âge d'or

Proposée par La Maison Pour Tous, ce cours de gym est spécialement adapté aux seniors de + de 65 ans.

Lundi et jeudi de 11h à 12h

Toutes les activités de la MPT à retrouver sur www.mptvitrolles.fr

Renseignements : 04 42 89 80 77

Je fais de la marche autour de Vitrolles

L'Accueil des Villes Françaises (AVF) de Vitrolles vous donne rendez-vous pour des après-midi marche adaptés aux différents niveaux. L'occasion de faire des balades superbes, de partager des temps conviviaux tout en découvrant notre territoire.

Tous les lundis et jeudis après-midi et les vendredis après-midi pour la marche douce - Renseignements : 04 42 89 54 14 - www.avf.asso.fr/vitrolles

Je découvre ma ville

Une multitude de balades découvertes du territoire naturel vous est possible sur la ville. Sentier du littoral, promenade au cœur des quartiers avec le chemin vert ou randonnées sur le plateau, autant de propositions différentes pour tous les niveaux vous attendent. Des balades accompagnées d'un éducateur sportif de la Direction des Sports et des visites du village sont également proposées toute l'année. N'hésitez pas à vous rapprocher des agents de Vitrolles Tourisme Point Info qui sauront vous renseigner et vous conseiller.

Renseignements : Vitrolles Tourisme

Point info : 04 42 77 90 27

10 avenue du Maréchal Joffre.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Le Service Vitrolles Tourisme Point Info vous informe dans son nouveau lieu situé au Village, sur toutes les activités et manifestations proposées par la Ville ainsi que toutes les publications et dispositifs municipaux.



M'impliquer, m'investir

L'âge de la retraite est également l'occasion de s'impliquer dans la vie de la cité pour y jouer un rôle actif en partageant son expérience, son savoir ou tout simplement son temps. Vous pouvez rejoindre des associations Vitrollaises proches de vos centres d'intérêts et/ou vous investir dans la vie de la ville.

Je m'investis dans ma ville

La Ville de Vitrolles a mis en place une Réserve Communale de Sécurité Civile. Elle est ouverte à tous les habitants désireux de donner un peu de leur temps pour soutenir et porter assistance à la population en cas d'événement majeur. La réserve pourra agir en complément des actions engagées par les services municipaux et les services de secours.

Aucune aptitude physique particulière n'est demandée.

Renseignements : 04 42 77 92 21

Je m'inscris dans une association

Trouver une association à proximité de chez vous qui propose une activité qui corresponde à votre envie, c'est possible sur la ville de Vitrolles grâce à un tissu associatif riche et varié. Pour vous guider dans vos recherches, les agents de la Direction de la Vie associative et Participation citoyenne sont à votre écoute pour vous conseiller et vous mettre en relation avec les associations vitrollaises.

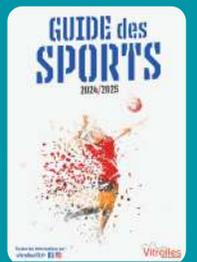
Maison de la Vie Associative et Citoyenne

Espace Mandela, Place de Provence. Accueil public du lundi au vendredi : 8h30 - 12h / 13h30 - 17h. 04 42 77 63 53 / 04 42 77 63 74

LE SAVIEZ-VOUS ?



Activités culturelles, sportives, loisirs, artistiques, solidaires... retrouvez l'ensemble des associations vitrollaises proposant ces activités dans 2 guides dédiés disponibles dans les lieux publics et sur vitrolles13.fr



Je souhaite devenir bénévole

Donner de son temps à une association, constitue un engagement solidaire et citoyen. Le tissu associatif est toujours en recherche de personnes souhaitant s'impliquer bénévolement. La Direction de la Vie associative et Participation citoyenne sera vous orienter et vous mettre en contact avec ces associations.

Vous pouvez aussi consulter le site jeveuxaider.gouv.fr qui recense toutes les missions de bénévolat au niveau national. En affinant votre recherche vous pourrez trouver une mission dans un domaine d'action qui vous plaît au plus près de chez vous. Renseignements : 04 42 77 63 53

Je partage du temps avec les plus jeunes

Partage d'expérience, apprentissage, accompagnement, en restant au contact des jeunes générations les seniors transmettent leur connaissance et s'ancrent pleinement dans la vie de la ville. Cette connexion intergénérationnelle essentielle est source d'un enrichissement commun. Elle peut prendre plusieurs formes, accompagnement scolaire, lecture partagée, organisation et encadrement d'événements, participation aux jardins partagés. Vous pouvez vous rapprocher des centres sociaux qui sauront vous renseigner ou vous réorienter.

Centre social Calcaïra : 04 42 77 56 90. AVES : 04 42 89 25 23 / 13 20



Me déplacer

Se déplacer dans et hors Vitrolles en toute indépendance et sécurité pour rendre visite à sa famille ou ses amis est important afin de maintenir une vie sociale riche.

Je profite de tarifs réduits pour mes déplacements

Le réseau Salon Etang Côte bleue et Métropole Mobilité propose plusieurs lignes régulières dont le Zenibus. Les seniors à partir de 65 ans bénéficient de tarifs réduits sur présentation de la carte de transport* avec le Pass mensuel seniors à 13.50 € et du pass annuel seniors à 135 €.

* création de la carte de transport en boutique (documents à fournir) :
photo + pièce identité + justificatif de domicile.

La Boutique Mobilité Rond-point de la Pierre Plantée
Lundi au vendredi 7h45-19h / Samedi 7h45-14h
04 42 46 06 66
<https://www.salonetangcotebleue.fr/>



Je fais appel au bus à la demande

Avec le service « lebus à la demande », des propositions de transport toute l'année, du lundi au samedi de 6h30 à 20h, la possibilité de réserver un service de transport adapté à vos besoins que ce soit pour un déplacement ponctuel ou des déplacements réguliers pour le prix d'un titre de transport.

Renseignements et réservation en ligne 24h/24h sur www.salonetangcotebleue.fr et par téléphone du lundi au samedi entre 6h30 et 20h30 au 04 42 46 06 66

LE SAVIEZ-VOUS ?

Avec lebus+ à la demande, le réseau SalonEtangCotebleue, propose un transport à la demande pour les personnes ayant des difficultés de mobilité (sous acceptation de dossier PMR). Retrouver toutes les informations en boutique, par téléphone ou sur notre site internet : <https://www.salonetangcotebleue.fr/fr/icibus-devient-lebus-a-la-demande/1003>

Service du lundi au samedi de 6h30 à 20h00

Renseignement et réservation : 04 42 46 06 66

Je bénéficie d'avantages lors de mes trajets en train

Vous avez 60 ans et plus ? Voyagez toute l'année et bénéficiez de réductions grâce à la carte Senior +.

Renseignements : 36 35 ou snCF.com

LE SAVIEZ-VOUS ?

Vous pouvez faire surveiller votre habitation lors de vos vacances en vous inscrivant auprès de la Police Municipale. Des patrouilles régulières à horaires variables organisées aussi bien par la Police Municipale que la Police Nationale sont effectuées.

Inscription auprès de la Police Municipale (qui fera le relais auprès de la Police Nationale selon la période couverte)

Tél. 04 42 77 91 18



Préserver ma santé

Avec l'âge, il devient indispensable d'être plus vigilant quant à sa santé. La Ville de Vitrolles et ses partenaires proposent quelques dispositifs pour suivre son état de santé et faire face à certaines périodes plus compliquées à vivre pour les personnes âgées.

Je fais travailler ma tête

Pour rester en forme, il faut faire travailler les jambes et la tête. Participez gratuitement aux ateliers mémoires de *La Passerelle* encadrés par un gérontologue social. La faculté de retenir, d'enregistrer ou de se souvenir n'a rien de mystérieux : pour améliorer notre mémoire, il faut l'entraîner.

Ateliers mémoire

Mardi de 10h30 à 12h (sauf vacances scolaires)

Médiathèque *La Passerelle*

Tarif : 60€/ an pour les Vitrollais

Renseignements : 04 42 77 90 40

Je fais un bilan de santé gratuit

Le Centre d'examens de santé vous offre la possibilité de bénéficier d'un bilan de santé gratuit tous les cinq ans, quel que soit votre régime d'assurance maladie. Le bilan de santé gratuit permet de dépister des affections ignorées ou latentes.

Tous les renseignements sur www.ameli.fr

Je pense à me faire vacciner avant l'hiver

Les + de 65 ans sont invités à se faire vacciner chaque année contre la grippe saisonnière. À partir de cet âge, l'Assurance maladie prend en charge le vaccin à 100 %. La période de crise sanitaire nous a rappelé l'importance de faire les démarches nécessaires pour préserver sa santé et celle de nos proches.

Renseignez-vous auprès de votre médecin traitant.

Je trie mes médicaments régulièrement

Faites le ménage dans votre armoire à pharmacie. Vous pouvez apporter vos médicaments non utilisés (périmés ou non) à votre pharmacien. Ils seront ensuite collectés par le réseau Cyclamed pour préserver la santé publique et l'environnement.

www.cyclamed.org

Je peux bénéficier d'une complémentaire santé

Selon vos ressources, vous pouvez bénéficier de l'aide pour une complémentaire santé ou de la couverture maladie universelle complémentaire. Ces dispositifs vous permettent de couvrir vos frais de soins.

www.ameli.fr





M'informer, me faire aider

Questions juridiques, besoin d'aide pour des documents administratifs ... vous n'êtes pas seuls. Il existe sur le territoire des dispositifs d'accompagnement où des conseillers spécialisés pourront vous aider et vous informer.

Je me défends juridiquement **GRATUIT**

Le personnel de la Maison du Droit / Point-Justice de Vitrolles est à votre écoute pour vous conseiller en cas de problèmes juridiques.

Ses missions : garantir l'accès au droit à tous les citoyens, fournir des consultations juridiques gratuites et anonymes pour vous informer et vous aider dans vos démarches.

Maison du Droit / Point-Justice

Lundi au vendredi : 8h30h/12h - 13h30/17h

Quartier les plantiers - Bâtiment le Ginestière

Tél. 04 42 89 03 31 / 04 42 77 95 80

pointjustice@ville-vitrolles13.fr

Je me fais accompagner dans mes démarches administratives

GRATUIT

La Ville a mis en place des permanences numériques gratuites pour les vitrollais qui ont besoin d'un accompagnement pour réaliser leurs démarches en ligne.

• Bâtiment le Romarin

Lundi et vendredi : 8h30/12h - Mercredi : 9h/13h et 14h/18h

• Mairie des quartiers Sud

Lundi et jeudi : 8h30/16h - Mardi, mercredi et vendredi 8h30/12h15 et 13h15/17h



Je me fais aider à domicile

Ne perdez plus de temps : libérez-vous de vos tâches quotidiennes ! Vous pouvez-vous faire accompagner dans tous les gestes du quotidien : les courses, le ménage, le repassage, le bricolage ou le jardinage et souvent en profitant de réduction ou crédit d'impôt.

LES SERVICES D'AIDE À LA PERSONNE INTERVENANTS SUR VITROLLES :

• La clé des âges

Tél. 04 90 55 13 46

(Permanence au CCAS le jeudi de 9h à 12h)

• La communauté

Tél. 04 42 77 84 84

(Permanence au CCAS le mardi matin)

• Arcade

Tél. 04 88 69 96 99

• ADMR Côte Bleue

Tél. 04 42 21 14 41

• ADAR Provence

Tél. 04 42 95 26 85

• Aidadomi

Tél. 04 42 41 74 17

• La mémoire du temps

Tél. 04 91 05 87 47

• O2

Tél. 06 38 50 52 19

• Perfect service

Tél. 04 42 34 83 75

LE SAVIEZ-VOUS ?

L'allocation de solidarité aux personnes âgées (ASPA) complète votre retraite de façon à atteindre un montant minimum et ce, quelle qu'ait été votre carrière professionnelle. Pour tout renseignement, rapprochez-vous de votre caisse d'assurance vieillesse ou contactez le 39 60

Je souhaite vivre en établissement seniors

Que ce soit pour un court ou un long séjour, en résidence ou en foyer, plusieurs établissements pour seniors peuvent vous accueillir sur Vitrolles.



• **Résidence La Bastide des Oliviers**
82 avenue de Marseille
Tél. 04 42 46 94 69

• **Maison de retraite Korian Les Alpilles**
Rue Hilaire Touche
Tél. 04 42 89 93 79

• **API résidence Vitrolles Résidence pour seniors autonomes**
2 avenue de la petite Mer
Tél. 04 92 95 25 50

LE SAVIEZ-VOUS ?

L'allocation personnalisée d'autonomie (APA)

Les personnes âgées de 60 ans et plus, en perte d'autonomie à domicile ou en établissement, ont droit à une allocation personnalisée d'autonomie (APA) permettant une prise en charge adaptée à leurs besoins. Cette aide financière apportée par le Conseil Départemental est versée sous condition de ressources à partir de 65 ans (dès 60 ans en cas d'inaptitude au travail).

CCAS 04 42 77 63 81 / 04 42 77 63 77



Le Centre Communal d'Action Sociale à mon écoute

Que vous ayez un problème économique ou une perte d'autonomie à résoudre, une démarche à entreprendre ou un simple besoin d'échange, le CCAS de Vitrolles vous accueille, vous écoute, vous apporte des solutions et vous guide vers les professionnels compétents. Le CCAS est un établissement public communal géré par un Conseil d'Administration présidé par le Maire et constitué d'élus et de personnes participant à des actions de prévention, d'animation ou de développement social.

175 bénéficiaires
de la téléassistance

158 dossiers
d'aide sociale

11 370 repas
distribués

CCAS (Village) Avenue Vital Rouard - Place du Parc Tél. 04 42 77 63 77

CCAS (Antenne sud) 101, avenue Jean Monnet - Espace Lully Tél. 04 42 77 63 81

De 8h30 à 12h et 13h30 à 17h (sauf le mercredi après-midi)

Un accompagnement personnalisé

À travers ses services, le CCAS de la ville souhaite :

Accompagner les seniors dans la logique du « Bien vieillir » et favoriser le maintien à domicile

Renforcer la solidarité

Encourager le lien social et les liens intergénérationnels

Favoriser la place des seniors au sein de la ville



Stéphane LANCE

Agent de portage de repas du CCAS

Ce dispositif permet à une cinquantaine de personnes âgées ou dépendantes d'accéder à une alimentation variée et équilibrée livrée directement chez eux. Stéphane prend le temps d'échanger avec les personnes faisant appel à ce dispositif. Ce temps privilégié permet de voir si tout va bien et d'être à l'écoute du moindre signe de fragilité permettant d'alerter les familles en cas de nécessité.

LE SAVIEZ-VOUS ?

A Vitrolles, les associations et les structures qui œuvrent pour les seniors se sont rassemblées au sein du réseau Bien vieillir. Ce réseau participatif, piloté et animé par le CCAS de Vitrolles, permet de dynamiser les relations inter-associations et impulse des actions en collaboration avec les services de la Ville. Les acteurs partagent tous le même objectif : lutter contre l'isolement en créant des temps d'échanges, de rencontres et de partage.

Associations et structures du réseau Bien Vieillir :

Association Mieux vivre seniors, Foyer des anciens, Les aînés des quartiers sud, Vitrolles 2000, Energie Solidarité 13, Association des médaillés militaires, Association Leï Dindouleto, Les ateliers d'LN, Association Dunes, Centre social Le Bartas-AVES, Centre social Calçaïra, Korian les Alpilles, La bastide des Oliviers, API Seniors.

Des dispositifs à destination des seniors

• Le registre des personnes vulnérables

À Vitrolles, toutes les personnes de 65 ans et plus (ou en situation de handicap) peuvent demander à figurer sur le registre des personnes vulnérables. Ce registre est utilisé lors du plan canicule, du plan grand froid et en cas de risque naturel. En cas de déclenchement de ce plan par la Préfecture lors de fortes chaleurs, par exemple, les personnes inscrites sur la liste sont appelées quotidiennement. Le personnel du CCAS de la Ville de Vitrolles vous apporte conseils et assistance.

• Le portage de repas



Le Centre Communal d'Action Sociale propose un service de livraison de repas à domicile pour les personnes de 65 ans et + et les personnes en situation de handicap (sur présentation d'un certificat médical). Les repas sont adaptables aux différents régimes spéciaux de santé (diabète, sans sel...). La livraison s'effectue du lundi au vendredi. Les tarifs sont soumis aux conditions de ressources.

• La téléassistance

En cas d'urgence (une chute par exemple), de jour comme de nuit, vous actionnez la télécommande portée en collier ou bracelet. L'opérateur Vitaris est alerté, évalue la situation et décide de la marche à suivre : prévenir un voisin, un parent, un médecin ou les pompiers.

Pour bénéficier de ce service, il faut se rendre au CCAS et en faire la demande. Le tarif de ce dispositif est calculé selon les conditions de ressources mais ne peut dépasser les 11 €/mois (abonnement et location de l'appareil compris).

• Des aides sous condition de revenus

Des aides spécifiques permettant de réduire vos frais liés à la mobilité et au chauffage peuvent être accordées selon les revenus des personnes. Les agents du CCAS vous apporteront une réponse personnalisée. N'hésitez pas à vous rapprocher d'eux.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Je suis un aidant, j'ai besoin de soutien

Vous aidez un proche en perte d'autonomie ou en situation de handicap. Vous vous sentez seul ou en difficulté dans cet accompagnement, des temps d'écoute, de conseils et de partage d'expériences sont proposés.

Renseignements : les-ateliers-ln@hotmail.com / Tél. 06 79 57 14 27

Numéros & infos utiles

Hôtel de Ville 04 42 77 90 00

Place de Provence

Lundi au vendredi 8h30 - 16h30

Mairie annexe des Quartiers Sud 04 42 77 91 75

Avenue Jean Monnet

Lundi au vendredi 8h30-12h / 13h30-17h

Agence communale de la Poste

Mairie annexe du Village 04 42 77 91 74

Avenue Camille Pelletan

Lundi et jeudi : 8h45/15h30 – Mardi, mercredi, vendredi : au vendredi :
8h45-12h15/ 13h15-16h30

CCAS 04 42 77 63 81 / 04 42 77 63 77

Lundi au vendredi 8h30-12h / 13h30-17h

(Sauf le mercredi après-midi)

Police secours 17

Police municipale 04 42 77 91 18

Pompiers 18

Samu/médecin de garde 15

SOS Médecin 04 42 89 00 00

Centre antipoison 04 91 75 25 25

Clinique de Vitrolles 04 42 46 26 26

Pharmacie de garde 3237

Allo Mairie 0 800 00 20 20 (Numéro gratuit)

Lundi au vendredi 7h45-11h45 / 13h15-17h

Déchetterie 04 42 91 49 00

11 avenue de Londres (ZI Les Estroublans)

Lundi au samedi 9h-12h / 14h-18h, dimanches et jours fériés 9h-12h

Agence mobilité 04 42 46 06 66

Gare routière Pierre Plantée

Lundi au vendredi 7h45-19h et le samedi 7h45-14h

Vous pouvez également acheter ou recharger vos titres de transport chez les commerçants suivants :

- **Toute la presse** 32, avenue Jean Moulin
- **Tabac Presse Le Griffon** Place de l'amitié, Les Pinchinades
- **Tabac Presse La Frescoule** 19, avenue du 8 mai 1945
- **Alimentation Chez Amar** 6, rue Pierre et Marie Curie
- **Tabac Presse Le Padovani** 4, place Henri Dunant

Les jours de marché

- **Mardi matin**
Place de Provence,
Centre-ville
- **Mercredi matin**
Place de l'Amitié,
Les Pinchinades
- **Jedi matin**
Place de l'Aire,
Vieux Village
- **Vendredi matin**
Place de la Liberté,
Les Pins
- **Dimanche matin**
Place de Provence,
Centre-ville





Pour plus d'information consultez le site de la Ville : vitrolles13.fr