

La Ville de Vitrolles et le CCAS vous proposent
15 jours d'animations gratuites
DU 29 SEPTEMBRE AU 12 OCTOBRE 2025

QUINZAINÉ DES SENIORS

DÉCOUVERTE, PARTAGE, BIEN-ÊTRE

Exposition • Concerts • Théâtre • Cinéma
Randonnées • Bals • Loto



Retrouvez toute l'actualité sur vitrolles13.fr



Vitrolles
vivre ensemble

Exposition participative Raconte-moi ton Vitrolles

UN LIEU, UN INSTANT, UN ÉVÈNEMENT UNE ÉMOTION...

Vernissage lundi 29 septembre, 17h30

**Espace Mandela / Maison de la Vie
Associative et Citoyenne**

Comme chaque année, c'est avec une exposition participative que la Ville et le CCAS ouvrent cette quinzaine de programmation entièrement gratuite à destination des seniors. Pour cette édition 2025, la thématique de l'exposition célèbre des instants de vie de toutes les générations de Vitrollais. Portraits, anecdotes, lieux emblématiques... Un concentré d'émotion et de transmission.



Angie GEREAUD, 11 ans
Parcours de santé du Griffon

Chaque mercredi au parcours de santé du Griffon,
je m'élançais, je cours, je saute à fond.
Les adultes m'encouragent dans leur silence.
Ma grand-mère veille sur moi, cela me rend heureuse.
Les adultes m'invitent à me dépasser, je grimpe, je tire, je veux progresser.
Transpirer, sourire, je me lance des défis
sous les yeux attendris de ma mamie.
Son regard fier me donne de l'énergie, me rend confiante et grande.

Une aventure humaine collective

Nombreux sont ceux qui ont répondu présents, de 10 à 92 ans, avec un point commun : leur attachement fort à Vitrolles. Une exposition participative de A à Z jusqu'au photographe **Rayan Damache** qui a offert de son temps pour réaliser les portraits des Vitrollais.



"J'ai gardé un souvenir si émouvant de ma contribution à l'exposition Nos seniors en action, l'an dernier, que je n'ai pas hésité une seconde pour rejoindre cette belle aventure humaine. C'est émouvant d'entendre toutes ces anecdotes et de les mettre en lumière."



Moment intergénérationnel émouvant à la Bastide des Oliviers

Mathilde et Liam sont allés à la rencontre de résidentes qui ont souhaité livrer, en toute simplicité, un souvenir lié à un lieu qui leur tient à cœur. Pour Clodette, c'est la mairie du Vieux Village, où elle a dit "oui" à Armand, il y a plu-

sieurs décennies. Pour Madeleine, dite Mado, c'est le CCAS, dont elle a été une directrice investie, œuvrant durant de nombreuses années pour le bien-être des



Vitrollais. Un temps d'échange riche en émotions, où nos chères aînées n'ont pas manqué de prodiguer des conseils à la jeune génération.

Merci à tous les vitrollais sans qui ce projet n'aurait pas pu voir le jour :

Rayan Damache, pour sa disponibilité et la qualité de ses clichés et Marc Carmigniani pour ses photos du plateau.

Elsa Abdou, Yamina Amara, Sihem Belhamel, Djahida Boukhalfa, Marie Bouvier, Albert Brun, Ghislaine Cardon, Fortuné Catania, Madeleine Cerasa, Patricia Ceva, Mathilde Charrier, Joris Coppens, Monique Dupont, Ginette Ferrandez, Christine Ferry, Angie Gereaud, Claudette Giomi, Bernadette Grao, Maurice Jacquot, Irma Jouini, Nathanaël Lebon, Mélanie Le Roux, Hervé Martinot, Marius Orsi, Stéphanie Perro Wimmer, Monique Rago, Bernard Roucaute, Eléanore Fialon, Elena Talon, Julie Talon, Maëgan Trujillano, Naïm Zriouel et Jade, pour leur confiance et le partage de leurs anecdotes.

Semaine du 29 septembre au 5 octobre

- LUNDI 29/09**
- **15h30 à 17h - Concert Lyrique**
Conservatoire de Musique et de Danse
 - **17h30 - Vernissage de l'Exposition Photos "Raconte-moi ton Vitrolles"**
Espace Mandela - Maison de la Vie Associative et Citoyenne

- MARDI 30/09**
- **15h30 à 17h30 - Jeux découverte des 5 sens autour du monde** Résidence La Bastide des Oliviers

- MERCREDI 1/10**
- **9h30 - Séance de Cinéma avec la comédie En Fanfare**
(Accueil dès 9h autour d'un petit déjeuner convivial)
Cinéma municipal Les Lumières - Arcades des Cîteaux
 - **15h à 16h30 - Visite guidée et commentée "Un parc à protéger : Valbacol"**
Rdv parking du centre aéré de Valbacol
Réservation : 04 42 77 90 27

- JEUDI 2/10**
- **9h30 à 12h : Randonnée aux Bords de l'Etang**
Rdv parking des Marette (Prévoir tenue et chaussures adaptées)
 - **12h à 15h : Pique-Nique sorti des sacs avec Café-Concert**
Résidence API

- VENDREDI 3/10**
- **14h30 à 18h : Bal** Collation offerte par Garig **Garig**
Espace Mandela - Maison de la Vie Associative et Citoyenne

- SAMEDI 4/10**
- **9h à 15h : Une journée au cœur des Oliviers du plateau**
Randonnée en famille à la découverte des Oliveraies avec cueillettes des olives, verre de l'amitié... (Prévoir tenue et chaussures adaptées). Pique-nique
Rdv au parking du radar

- DIMANCHE 5/10**
- **16h : Spectacle musical Et la lumière fût ! de la Cie Swing Cockt'elles**
Trois drôles de dames espiègles, élégantes et poétiques reprennent des grands tubes avec humour et émotion.
Théâtre de Fontblanche - Réservation : 04 42 02 46 50

Semaine du 6 au 12 octobre

LUNDI 6/10 • **13h30 - Tournoi amical mixte de pétanque mêlée**
(Venir avec son jeu de boules)
Maison de quartier Ferme de Croze - Inscription : 06 88 67 83 53

MARDI 7/10 • **14h30-15h30 - Chorale Intergénérationnelle**
Proposée par les séniors de l'AVES et les élèves de l'école Prairial
Espace Mandela - Maison de la Vie Associative et Citoyenne

• **16h-17h30 Découverte des textes de l'atelier d'écriture de l'association Mieux Vivre Seniors de Vitrolles**
Espace Mandela - Maison de la Vie Associative et Citoyenne

MERCREDI 8/10 • **9h à 12h - Randonnée Source de l'Infernet**
(Prévoir tenue et chaussures adaptées)
12h - Pique-nique sorti des sacs

• **15h à 17h - Rencontre et Initiation aux échecs**
avec le Club de la Maison pour Tous
Rendez-vous Domaine de Fontblanche

JEUDI 9/10 • **9h à 12h - Atelier Numérique Cyber-sérénité.** Rester Zen en ligne et hors ligne. Proposé par la Toupie Informatique Médiathèque La Passerelle

• **Un après-midi à la Résidence Korian les Alpilles.** A 14h30, dictée niveau certificat d'études suivi, à 15h30, d'un concert de Gospel de la MPT

VENDREDI 10/10 • **Dès 18h30 : Soirée Blind Test et Karaoké au café associatif Le Oaï Café.** Une adhésion à l'association de 1€ minimum est nécessaire pour l'achat de consommations
Vieux Village - 26 avenue Camille Pelletan

SAMEDI 11/10 • **10h à 16h : Les Olivades 2^e édition. Animations autour des olives proposées par l'Oliveraie Solidaire** Place de Provence

• **14h30 à 17h : Loto animé par le Conseil des Jeunes Vitrollais**
Résidence La Bastide des Oliviers. Réservation : 04 42 46 94 69

DIMANCHE 12/10 • **15h à 19h : Bal de clôture de la quinzaine - Après-midi Disco**
Gourmandises proposées par l'Épicerie Sociale du CCAS
Espace Mandela - Maison de la Vie Associative et Citoyenne

Lieux des animations



RADAR

Balade sur le Plateau
des oliveraies

Espace I
(place de

Résidence Korian
Les Alpilles
(Rond-point de la Pierre plantée)

Le Village

Le Centre Vi

Les

Maison de quartier
des bords de l'étang
(Parking plage des Marettes)

Les Bords de l'Étang

Balade des Bords
de l'Étang

Résidence API
(2 avenue de la Petite mer)

----- Circuits des balades

▭ Structures d'accueil



Le saviez-vous ?
Pour les personnes sans moyen de transport, une navette est mise à votre disposition. Attention : les places sont limitées.
Réservation auprès du CCAS : 04 42 77 63 81

**Cette quinzaine d'activités offertes
vous est proposée par la Ville de Vitrolles,
le CCAS et les partenaires du Réseau bien Vieillir :**

**Association Mieux Vivre Séniors de Vitrolles,
Energie Solidaire 13, Maison Pour Tous, l'AVES,
la Bastide des Oliviers, Korian les Alpilles,
la Résidence API, Bords de l'Etang Animations,
le Foyer des Anciens, les Médaillés Militaires,
Vitrolles 2000, la chorale des seniors de l'AVES.**

OFFERT À TOUS LES VITROLLAIS DÈS 65 ANS

COLIS DE NOËL 2025

RÉSERVATION OBLIGATOIRE

De 9h à 18h

Les 7 et 8/10, salle spectacles

Guy Obino

Le 9/10, théâtre de Fontblanche

**Le 10/10, Espace Mandela - Maison
de la Vie associative et Citoyenne**

***Vous avez 65 ans ou les fêtez d'ici le 31 décembre
2025, venez réserver votre colis de Noël offert par la
Ville de Vitrolles. Pensez à vous munir de votre pièce
d'identité et d'un justificatif de domicile de + de 6 mois.***

