

Centre Communal d'Action Sociale d'Avignon

PROGRAMME DES ANIMATIONS SÉNIORS

NOVEMBRE-DECEMBRE 2024
JANVIER 2025



CCAS



AVIGNON
Ville d'exception

CCAS



AVIGNON
Ville d'exception

NOEL AU DOMAINE DE LA SOUVINE DEJEUNER – ANIMATION DANSANTE

Du lundi 09 au vendredi 13 décembre
de 12h00 à 18h00

au domaine de la Souvine
route de Bel Air – Montfavet



**Le Centre Communal d'Action Sociale d'Avignon
aura le plaisir de vous recevoir pour déguster un menu
spécialement conçu par le chef de la cuisine centrale et sa brigade,
et profiter d'une animation dansante**

Places limitées et réservées aux Avignonnais de 65 ans et plus
(accompagnateur possible)

Les 10 et 11 Décembre seront réservés en priorité
aux bénéficiaires des foyers restaurants

PARTICIPATION : 12 € / 25 € (non Avignonnais)

Inscriptions auprès des agents du service lien social du 04 novembre au 27 novembre inclus

Merci de vous munir d'un justificatif de domicile

✉ animationsretraites@ccasavignon.org

CHATEAU DE LA BARBIERE

10 Avenue du Roi Soleil
84000 AVIGNON
tel : 04.90.87.81.11

LIVREE DE VIVIERS

5, Rue Collège de la Croix
84000 AVIGNON
tel : 04.90.85.46.19

LES TEMPS FORTS



LES FOYERS FETENT LA SAINT NICOLAS LE 6 DECEMBRE 2024

A LA LIVREE DE VIVIERS
&
AU CHÂTEAU DE LA BARBIERE

Menu

Feuilleté de volaille et
pommes sauce foie
gras sur lit de mâche

Haut de cuisse
de chapon
sauce pain d'épice

Fondant de
champignons
& patates douces

Saint Nectaire AOP
à la coupe

Nougat glacé

Café

Places limitées
Inscrivez-vous vite !!!
Renseignement et
inscription obligatoire
au 04.90.87.81.11
(Tarifs habituels)

CCAS



AVIGNON
11000

JOURNEE FESTIVE AU CHÂTEAU DE LA BARBIERE « LOTO PARTICIPATIF »

Mardi 26 novembre de 12h00 à 16h30

Dans une ambiance festive et conviviale,
Venez vous régaler et participer à ce loto plein de surprises !

Qu'est ce que le loto participatif ?

Le partage est mis à l'honneur : les lots sont apportés par les participants

Ex : livres, objets divers, foulards, babioles ...



*Salade de pois
chiches*

Couscous

Dessert

Café

Possibilité d'assister
uniquement au loto à 14h



Participation :

Usagers du CCAS : 15 €

Non usager/extérieur : 20 €

Renseignements et
inscription obligatoire
au 04 90 87 81 11

GALETTE DES ROIS DANSANTE



MARDI 14 JANVIER 2025

De 13h30 à 18h00

Salle polyvalente de Montfavet

Rue Félicien Florent

84140 Montfavet



CCAS



AVIGNON
Ville d'exception

Renseignements

et inscription obligatoire au 04.90.87.81.11

Participation : 10 € (usagers) / 15 € (non usagers)



La
Bohème

Mardi 25 Février 2025

A 14h30 à l'Opéra

ANIMATIONS AU FOYER RESTAURANT BARBIERE



10, Avenue du roi soleil

Ouvert du lundi au vendredi
de 08h30 à 17h00

Renseignements et inscription

04 90 87 81 11/61

Réservation des repas 7 jours à l'avance

ATELIER CULINAIRE

Création de jus de fruits, biscuits...

Dégustation !

1 vendredi/mois de 10h00 à 11h30

Renseignements au 04.90.87.81.11/61



TRICOT LES MERCREDIS

de 14h00
à 16h30



Images Freepik

« Echanges
de compétences,
de connaissances,
de savoir »

Les mardis
de 10h à 12h
Créations manuelles



YOGA SUR CHAISE

(Animé par Yvonne, bénévole)

LES JEUDIS
MATIN

2 GROUPES

1er groupe : 9h30 - 10h30

2ème groupe : 10h45 - 11h45

Salle château Barbière



Sur inscription
au 04.90.87.81.11

DANSE EN LIGNE LES JEUDIS

de 14h00 à 16h30

(Animé par Yvonne, bénévole)

venez vous initier en groupe
au plaisir de cette danse solo !!

Renseignements et inscription
au 04.90.87.81.11



ATELIER D'INITIATION A « L'ÉCRITURE D'UN POÈME »

Les jeudis de 10h à 12h

1 fois / mois

Animé par Jean Paul, bénévole



Mon Automne

La pluie bavarde avec les vitres

Le vent chahute avec les arbres

Plus loin, le soleil s'invite

Il veut repeindre sa toile

Fini les corps rôtis

De ci de là des brumes, des ombres

Les feuilles épuisées ont jaunies

C'est bientôt l'heure des vendanges

A la ville, les autos se chamaillent

Les vêtements corrigent le tir

Les nuits s'étendent, les jours bataillent

Mon Automne s'étire.

ATELIER BOULINGRIN

1 vendredi/mois de 14h00 à 16h00



ATELIER TOP MÉMOIRE

3 groupes

Les lundis de 14h à 16h

Les jeudis de 10h à 12h

Les jeudis de 14h à 16h

Sur inscriptions au
04 90 87 81 61/11

ATELIER COLLAGE

**LES
LUNDIS MATIN
de 10h00 à 11h30**

Création de tableaux avec des
papiers journaux ou
autres



Inscription au 04 90 87 81 61/11



ATELIER COUTURE

Les 2ème et 4ème mardi de chaque mois
de 14h00 à 16h30

ANIMATIONS AU FOYER RESTAURANT LIVRÉE DE VIVIERS



5 rue du Collège de la Croix

Ouvert du lundi au vendredi
de 08h30 à 17h00

Renseignements et inscription

04 90 85 46 19

Réservation des repas 7 jours à l'avance

EXPRESSION CORPORELLE ADAPTEE

avec Gipsy, bénévole

LES MERCREDIS
de 13h30 à 14h30



Renseignements et inscription
au 04.90.85.46.19

ATELIER THEATRE

avec M.MULLER, bénévole

TOUS LES 2ème et 4ème
MARDIS de 14h00 à 16h00

à la Livrée de Viviers



Renseignements
au 04.90.85.46.19

DANSE EN LIGNE

Animée par Maryse et Lucien, bénévoles

Les lundis de 13h00 à 14h00 (débutants)

De 14 à 16h30 (confirmés)



ATELIER CHANT

Avec Gérard, bénévole

les vendredis
de 14h00 à 16h00

Renseignements et
inscription au 04 90 85 46 19



LA CHORALE

« Les voix amies »

Les mercredis
De 14h30 à 16h30
à la Livrée de Viviers

*Renseignements
et inscriptions
au 04.90.85.46.19*



*Animée par Simone,
bénévole
de 14h00 à 16h00*

Le 1^{er} et dernier
jeudi du mois

ATELIER CREA

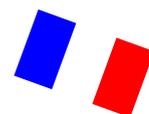
Tous les mercredis
de 14h00 à 16h30

- *Décoration de Noël*
- *Préparation des cadeaux
anniversaire*
- *Préparation des costumes
Pour la pièce de théâtre*



LE CINE CLUB

Animé par Eric ALVERHNE, bénévole



*Venez découvrir ou redécouvrir des films culte Français
(Films choisis le jour J)*

Les 1er et derniers lundis de chaque mois de 14h00 à 16h00



*Renseignements et inscriptions
Livrée de Viviers 04.90.85.46.19*

Vecteurs par Freepik

ATELIER ORIGAMI

Animée par Chantale, bénévole
de 14h00 A 16h00



- 19/11
- 03/12
- 21/01



ATELIER MOLKY MARIOLLE FLECHETTE

De 14h00 à 16h00

- 14/11
- 19/12



JEUX DE SOCIETE

De 14h00 à 16h00

- 25/11
- 30/12
- 14/01



ATELIERS PATISSERIE

- 03/12 : de 09h00 à 12h00
(pâtisserie de Noël)
- 23/01 : de 09h00 à 12h00





ATELIER REMUE MÉNINGES à la Livrée

le lundi de 14h à 16h

- 18/11
- 02 et 23/12
- 06 et 27 /01

le jeudi de 09h à 11h

- 21/11
- 05 et 26/12
- 09 et 30/01



ACTIVITES MENÉES AVEC NOS PARTENAIRES

RECIPROCK SAVOIRS À la Livrée de Viviers

⇒ **ATELIER BIEN VIEILLIR / CONTES : Le 15/11**

Le vendredi de 14h à 17h (1 vendredi / mois)

⇒ **ATELIER BIEN VIEILLIR/CULTIVONS L'OPTIMISME :**

Le 18/10 - 22/11 et le 13/12

Le vendredi de 14h à 17h (1 vendredi / mois)



⇒ **YOGA :**

Le lundi de 9h à 10h et de 10h à 11h

Le vendredi de 9h15 à 10h15 et de 10h30 à 11h30

⇒ **ANGLAIS : CONVERSATION ANGLAISE :**

Tous les jeudis matins de 10h00 à 12h00

**REPRISE
LE 14/11**



⇒ **ATELIER D'ÉCRITURE EN PARTAGE :**

Tous les 3ème jeudis de chaque mois - Avec Robert de 14h à 16h

**LES APRES-MIDI
FONSECA**

**MARDI 19
NOVEMBRE
A 15H00**

A la médiathèque
Renaud Barrault

**Conférence « les Baux de
Provence: autour de
l'Egypte et des peintres
orientalistes »
*Gratuit - Ouvert à tous***

Renseignements et inscriptions
au 04.90.85.46.19



**Orchestre
national
avignon
provence**
ORCHESTRE NATIONAL EN RÉGION

**VENDREDI
29 NOVEMBRE
à 14h00**

Concert
de musique de chambre dans
le cadre du festival

**« Quand l'orchestre
s'éclate en ville »**

Renseignements
et inscriptions au
04.90.85.46.19

SORTIES CINEMA

**CINEMA
CINEVOX**
DEPUIS 1922

Films suivant
la programmation
A partir de 14h00

- => jeudi 28 novembre
- => Jeudi 12 décembre
- => Jeudi 16 janvier

Renseignements et inscriptions
au 04.90.85.46.19

**GOUTER PARTAGÉ
« les 13 desserts »
LUNDI 23 DECEMBRE**

Nous vous invitons, après le repas,
autour de chants de Noël.

*Chacun apportera une gourmandise
afin d'agrémenter ce goûter*



LA LIVRÉE EN VADROUILLE !

ATTENTION : les sorties s'adressent à des bons marcheurs

- **VENDREDI 22/11/2024 : Les Angles**

De 13h00 à 16h00

Balade sur « le chemin historique du vieux village des Angles » qui vous fera découvrir l'histoire du vieux village en dix étapes, la vie de la communauté villageoise depuis ses origines.

- **VENDREDI 20/12/2024**

Balade au Marché de Noël (lieu à définir)

- **VENDREDI 24/01/2025 : Saint Saturnin les Avignon**

Venez à la découverte de la « Caverne d'Ali Baba »
Visite et achats chez « Tissus Grégoire »

*Rendez-vous à la Livrée de Viviers
Renseignements et inscription obligatoire
au 04.90.85.46.19*

ACTIVITES MENÉES PAR LE CLIC

Centre Local d'Information et de Coordination gérontologique



4, avenue de Saint Jean
Téléphone : 04 32 74 31 14
(répondeur)

BIENVENUE A LA RETRAITE

6 ateliers les lundis de 09h30 à 12h00

du 24 février au 31 mars 2025

« Pour accompagner les futurs et jeunes retraités,
dans leur transition, de l'activité professionnelle vers
une retraite active et épanouie »

A la retraite, une nouvelle vie commence !

Tous nos ateliers sur www.bienvieillir-sudpaca-corse



Château de la Barbière,
10 av du Roi Soleil
84000 AVIGNON

Renseignements et inscriptions

Tél. : 04 32 74 31 14 /

Courriel : eveyne_dor@ccasavignon.org





FORMATION DERNIERS SECOURS

porté par la SFAP
Société Française d'Accompagnement
en soins Palliatifs

VENDEDI 29 NOVEMBRE

De 9h30 à 15h30

Château de la Barbière

« Si vous accompagnez une personne malade ou en fin de vie ...
4 thèmes sont abordés : soulager les souffrances,
la mort fait partie de la vie,
anticiper et se préparer,
dire adieu »



Inscriptions sur le site **PACA Derniers secours**

<https://www.derniers-secours.fr>

PROCHAINEMENT

ATELIERS EQUILIBRE

(Prévention des chutes)

Avec la Mutualité Française

12 séances hebdomadaires



A Partir de Février

à la Livrée de Viviers

Renseignements et inscriptions au 04.32.74.31.14

ACTIVITES CULTURELLES
LE BEL AGE
NOVEMBRE - DECEMBRE 2024
JANVIER 2025



AVIGNON

Ville d'exception

*Sorties culturelles proposées par
la Ville d'Avignon :*
*Des visites guidées, des ateliers
pratiques, des spectacles, rencontres,
projections...*
*La Ville élabore des propositions
séduisantes pour vous permettre de
(re) découvrir la richesse culturelle
de notre ville.*



GRATUIT

Vous pouvez vous inscrire directement auprès des sites organisateurs, ou auprès du service Lien Social (animations) du CCAS. Le nombre de place disponible varie selon l'activité.

La réservation est obligatoire.

Toutes les activités proposées dans le cadre de la programmation culturelle Séniors sont gratuites.

Au CCAS : renseignements et inscriptions au 04.90.87.81.61/11

Les lundis matin : de 09h30 à 12h00

Les mercredis et vendredis : de 09h30 à 12h00 et de 14h30 à 16h00

ACTIVITES CULTURELLES

• MARDI 05 NOVEMBRE A 10H00 - MAISON JEAN VILAR

Visite de l'exposition Crombecque et de la BnF

Cette année, la Maison Jean Vilar est très heureuse de vous accueillir pour une visite commentée.

Votre parcours débutera par une introduction et une présentation détaillée de la Maison Jean Vilar, emblème du patrimoine culturel Avignonnais. Vous découvrirez ensuite l'exposition "On ne fait jamais relâche. Hommage à Alain Crombecque", dédiée à cet acteur majeur et admiré de la vie culturelle française et ancien du Festival d'Avignon.

La visite se conclura par une présentation de l'antenne de la Bibliothèque nationale de France à la Maison Jean Vilar, un centre de ressources incontournable pour les passionnés de théâtre et de culture !

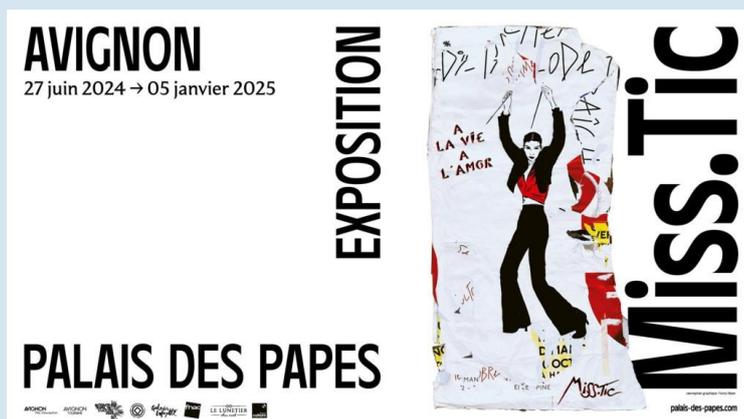
• MERCREDI 21 NOVEMBRE A 14H00 - PALAIS DES PAPES

Exposition Miss Tic « A la vie, à l'amor » au Palais des Papes

Du 27 juin 2024 au 5 janvier 2025, l'exposition « A la vie, à l'amor » de l'artiste française Miss Tic se déploie dans les vastes espaces du Palais des Papes. Plasticienne, poétesse, pionnière du street art, connue pour ses œuvres au pochoir, elle s'exprima durant 40 ans sur les murs de la capitale française. Son style est caractérisé par la représentation sensuelle de femmes fatales, accompagnées d'aphorismes exprimés sous forme de jeux de mots qui prônent la liberté et critiquent un monde soumis aux dictats et au pouvoir masculins (« Le pouvoir ne protège pas, il se protège »). Elle déclarait « ne pas avoir d'idéaux mais des idées hautes ». Son œuvre est un véritable projet plastique, littéraire, sociétal et philosophique qu'elle a inscrit à l'aérosol sur nos murs. Elle y a exprimé ses désirs, ses révoltes, son humour, sa soif de justice, son amour pour la vie et pour les hommes. L'exposition à l'intérieur du Palais des Papes, lieu où s'exprima le pouvoir masculin, mais aussi lieu de culture, d'Histoire et de transmission, est la première rétrospective posthume de cette artiste.

Rendez-vous au pied de l'escalier en bois situé en bas à droite de l'entrée principale du Palais des Papes pour la visite

Nb : en raison d'un grand nombre de marches, la visite du monument n'est pas accessible aux personnes à mobilité réduite



- **MARDI 03 DECEMBRE A 10H00 - ARCHIVES MUNICIPALES**

« **Retrouver les archives de la Ville** » : aperçu du fond ancien

À partir d'une sélection de documents « *pivots* » du fonds ancien des archives de la Ville, cette visite vous plongera dans l'histoire d'Avignon de l'époque médiévale au rattachement d'Avignon à la France.

Lieu : Archives municipales d'Avignon (ancien mont de piété) – 6 rue Saluces

Durée : de 1h à 1h30



- **MERCREDI 18 DECEMBRE DE 14H A 16H - COLLECTION LAMBERT**

Au rythme de l'art

Une œuvre, une émotion, un geste... Au cœur des expositions, nous vous invitons à découvrir l'art de manière sensible, à travers un geste plastique ou une découverte sensorielle.

Adresse : 5 Rue Violette



- **JEUDI 16 JANVIER A 10H00 - MAISON JEAN VILAR**

Visite de l'exposition Crombecque et de la BnF - Maison Jean Vilar

Cette année, la Maison Jean Vilar est très heureuse de vous accueillir pour une visite commentée.

Votre parcours débutera par une introduction et une présentation détaillée de la Maison Jean Vilar, emblème du patrimoine culturel Avignonnais. Vous découvrirez ensuite l'exposition "*On ne fait jamais relâche. Hommage à Alain Crombecque*", dédiée à cet acteur majeur et admiré de la vie culturelle française et ancien du Festival d'Avignon.

La visite se conclura par une présentation de l'antenne de la Bibliothèque nationale de France à la Maison Jean Vilar, un centre de ressources incontournable pour les passionnés de théâtre et de culture !

Durée : 2h



LA DIRECTION VILLE AMIE DES SENIORS

La Direction VILLE AMIE DES SENIORS gère 4 services en direction des Avignonnais de 60 ans et plus.

Accompagnement social : des travailleurs sociaux offrent leur accompagnement social aux seniors. Les agents sociaux sont à la disposition des personnes âgées et des personnes en situation de handicap pour instruire leur(s) demande(s) d'aide sociale

Maintien à domicile : le service d'aide au maintien à domicile du CCAS d'Avignon œuvre sur l'ensemble du territoire de la commune d'Avignon (dont Montfavet), dans 3 domaines : l'aide à domicile, le portage de repas et la téléassistance.

Lien social : le service organise des activités destinées à favoriser les échanges, les activités physique et intellectuelles et à veiller à la persistance du lien social.

CLIC Grand Avignon : le Centre Local d'Information et de Coordination gérontologique couvre les communes d'Avignon, de Caumont-sur-Durance, de Jonquerettes et de Saint Saturnin-les-Avignon. Service d'accueil, d'information et d'orientation destiné aux personnes retraitées et à leurs familles, il favorise également la coordination entre les professionnels de la gérontologie. Il organise des actions de prévention en lien avec divers partenaires.

CLIC Grand Avignon
4, avenue de Saint Jean
tél : 04 32 74 31 14 (répondeur)



CCAS



AVIGNON
Ville d'exception

Centre Communal d'Action Sociale d'Avignon
4 avenue de Saint Jean
tel : 04 32 74 31 00

Pour recevoir ce programme par courriel au format PDF

Merci d'adresser votre demande à : animationsretraites@ccasavignon.org

Programme téléchargeable sur notre site : www.ccas-avignon.fr

MODALITES ET TARIFS DES RESTAURANTS SÉNIORS

- Les repas sont confectionnés par la cuisine municipale.
- Réservation 7 jours à l'avance indispensable.

Tarifs usagers (personnes en situation de handicap et de 60 ans et +) *Applicables à compter du 01 octobre 2023*

| Ressources Mensuelles * | | Tarif du déjeuner |
|-------------------------|-----------------------|---------------------|
| <i>Personne seule</i> | <i>En ménage</i> | <i>Par personne</i> |
| jusqu'à 961,07 € | jusqu'à 1 492,07 € | 3,70 € |
| de 961,08 à 1 165 € | de 1 492,08 à 1 855 € | 4,90 € |
| de 1 166 à 1 484 € | de 1 856 à 2 332 € | 5,90 € |
| de 1 485 à 2 120 € | de 2 333 à 3 179 € | 6,90 € |
| à partir de 2 121 € | à partir de 3 180 € | 9,90 € |

- L'aidant paye le même tarif que la personne accompagnée.
- L'invité(e) paye le même tarif que l'utilisateur 1 fois par semaine, les autres fois : 9,50 €
- Les usagers qui ne résident pas sur Avignon : 10 €
- Tarif avec mise à disposition d'une salle :10 €/pers.
- Verre de vin :1 €

* Revenu imposable mensuel déduit des taxes liées au logement. Merci de nous communiquer votre dernier avis d'imposition ou de non-imposition et éventuellement votre taxe foncière.

PAIEMENT : Après réception de la facture envoyée à votre domicile en fin de mois, le règlement peut s'effectuer soit par prélèvement, soit par chèque à l'ordre du CCAS d'Avignon, soit en numéraire au service finances du CCAS, au siège du 4 avenue St Jean.

MODALITES ET TARIFS DES ACTIVITES SÉNIORS

➤ Nouvelle grille tarifaire des activités à partir du 01/09/2024

Sont considérés comme usagers les Séniors fréquentant régulièrement nos services : foyers restaurants de la Barbière et de la Livrée, aide à domicile, portage de repas et téléalarme, services du CCAS.

LES APRES-MIDI ANIMES

| | |
|----------------|------------------------------------|
| Usager | Tarif unique 5 € |
| Accompagnateur | = tarif de la personne accompagnée |
| Non usager | 10 € |

| | |
|----------------|------------------------------------|
| Usager | Tarif unique 10 € |
| Accompagnateur | = tarif de la personne accompagnée |
| Non usager | 15 € |

LES THES DANSANTS

LES FOYERS EN GOGUETTE

| | |
|----------------|------------------------------------|
| Usager | Tarif unique 15 € |
| Accompagnateur | = tarif de la personne accompagnée |
| Non usager | 20 € |

| | |
|----------------|------------------------------------|
| Usager | Tarif unique 18 € |
| Accompagnateur | = tarif de la personne accompagnée |
| Non usager | 25 € |

LES REPAS DANSANTS

LES REPAS DE NOEL

| | |
|----------------|------------------------------------|
| Usager | Tarif unique 12 € |
| Accompagnateur | = tarif de la personne accompagnée |
| Non usager | 25 € |

PAIEMENT : Après réception de la facture envoyée à votre domicile en fin de mois, le règlement peut s'effectuer soit par prélèvement, soit par chèque à l'ordre du CCAS d'Avignon, soit en numéraire au service finances du CCAS, au siège du 4 avenue St Jean.

CCAS D'AVIGNON

Direction Ville Amie

des Séniors

Service Lien social

CCAS



AVIGNON
Ville d'exception

Programme téléchargeable sur
notre site : www.ccas-avignon.fr

Foyer restaurant de la Livrée de Viviers

5 rue Collège de la Croix

 04 90 85 46 19

Foyer restaurant du Château de la Barbière

10 avenue du Roi Soleil

 04 90 87 81 11 / 04 90 87 81 61

 animationsretraites@ccasavignon.org

Siège administratif

4 avenue de Saint Jean

 04 32 74 31 00



Cécile HELLE
Maire d'Avignon,
Présidente du CCAS

Anne-Catherine LEPAGE
Conseillère municipale,
Vice-Présidente du CCAS

Les membres du Conseil
d'administration du CCAS

L'ensemble des équipes du CCAS

*vous souhaite de joyeuses fêtes
de fin d'année*

AVIGNON
Ville d'exception

