

L'AGENDA DES SENIORS SEPTEMBRE 2026

AU PROGRAMME DU FOYER RESTAURANT L'OUSTALET

● SEJOUR À GRUISSAN (CEVEO)

 Du 6 au 13 septembre

 Groupe actuellement complet

● SÉANCES DE CINÉMA SPÉCIALES SENIORS

 Mardi 08/09  "Tombé du ciel"

 Mardi 22/09  "Les gendarmes"

 À 14h30  Espace Sévigné

 4 € – sans réservation

● CHANTER ENSEMBLE

 Atelier Chorale « Si ça vous chante » avec Odile

 Tous les lundis

 De 14h à 15h  Salle des associations du Foyer Restaurant

 Venez passer un bon moment en chantant avec Odile !

 Gratuit - Places disponibles

● ATELIER « EXPRESSION THÉÂTRALE » en partenariat avec l'ASEPT PACA

 Les jeudis 17 et 24/09, 1^{er}, 15, 22 et 29/10, et 5 et 19/11

 De 14h à 16h  Salon du Foyer Restaurant

 Pour un bon maintien et une bonne posture

 Gratuit – 8 séances de 2h – sur inscription

● ANIMATIONS WIVY

 Tous les vendredis

 De 11h15 à 12h  Salon du Foyer Restaurant

 Le service Seniors vous propose des animations WIVY de type jeux en musique, quiz de culture générale... de quoi partager de bons moments ludiques et conviviaux !

 Gratuit – sans inscription

L'AGENDA DES SENIORS SEPTEMBRE 2026

● CONFÉRENCE « DÉMARCHAGE ET ARNAQUES »

📅 Mercredi 30 septembre

🕒 de 14h à 15h30 📍 Salon du Foyer Restaurant

👉 En partenariat avec l'association « Que choisir ensemble » et animée par José MANZANO (juriste) et Christian GALLET, cette conférence portera sur les arnaques en général, téléphone mobile, internet, courriers frauduleux, etc. Ces messieurs s'adapteront à leur public pour répondre aux mieux à toutes les questions posées.

🆓 Gratuit – inscriptions auprès de l'animatrice du foyer.

INSCRIVEZ-VOUS DÈS LE MOIS DE SEPTEMBRE

Semaine Nationale des retraités et personnes âgées

Du 5 au 9 octobre 2026

Relions tous les âges dans des territoires engagés !



PROGRAMME COMPLET
www.lambesc.fr

www.semaine-bleue.org

ANIMATIONS SUR INSCRIPTION
SERVICE SENIORS : 04 42 92 81 95 / 06 69 73 11 90
seniors@lambesc.fr

Inscriptions
auprès du
Service Seniors



REPAS DE NOËL DES SENIORS

DIMANCHE 22 NOVEMBRE
12 H - COSEC

La Ville de Lambesc est heureuse d'inviter les personnes de 70 ans et plus, au traditionnel repas/spectacle de Noël.

Les inscriptions se font auprès du service Seniors soit par téléphone, soit au foyer restaurant L'Oustalet

INSCRIPTION DU 1^{ER} SEPTEMBRE AU 23 OCTOBRE



Renseignements : Service Seniors
04 42 92 81 95 ou 06 69 73 11 90



SENIORS

VOUS AVEZ 80 ANS ET PLUS ?

INSCRIVEZ-VOUS POUR RECEVOIR VOTRE COLIS DE NOËL



LE CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE DE LAMBESC
OFFRE UN COLIS DE NOËL AUX SENIORS.

Pour en bénéficier, l'inscription est obligatoire, même pour les personnes déjà inscrites les années précédentes, en déposant le coupon-réponse au CCAS ou au Foyer Restaurant L'Oustalet **AVANT LE VENDREDI 9 OCTOBRE 2026.**

LE CCAS SERA PRÉSENT POUR VOUS REMETTRE VOS COLIS
LE 16, 17 OU 18 DÉCEMBRE, DE 10H À 17H, AU FOYER RESTAURANT L'OUSTALET
Pensez à vous munir d'un justificatif de domicile et d'une pièce d'identité.

Bulletin d'inscription à retrouver dans [l'agenda des manifestations de septembre-octobre](#) (page 11)
ou [en cliquant ici](#)
et à déposer au CCAS



VILLE DE LAMBESC
SERVICE SENIORS / FOYER RESTAURANT L'OUSTALET
Du lundi au vendredi

8 avenue de la Résistance - 04 42 92 81 95 - 06 69 73 11 90 - seniors@lambesc.fr