

# PÔLE SOLIDARITÉ

LE SERVICE SÉNIORS VOUS PROPOSE

**Vendredi  
30  
Août**

## Sortie Sardinade

Nocturne à Port de Bouc

**Tarif transport 5€**

Repas libre sur place - Inscriptions **en cours**

**5  
séances**

## Atelier de prévention "Bien vieillir LE SOMMEIL"

De 9h30 à 11h30, **les mardis 17/09, 24/09, 01/10, 08/10 et 15/10** au pôle solidarité (CCAS)

Inscription **à partir du lundi 12 août 2024**

(gratuit places limitées)

**Mercredi  
16  
Octobre**

## Repas festif dansant - Salle des Colombes

**A partir de 11h30** « Repas d'automne »

Inscription à partir du mardi 10 septembre 2024

**Tarif 15€ uniquement en chèque** - Infos à venir

**5  
séances**

## Atelier de prévention "Le bien être par la relaxation"

De 9h30 à 11h30 au pôle solidarité (CCAS)

**Les mardis 05/11, 12/11, 19/11, 26/11 et 03/12**

Inscription **à partir du mardi 1er octobre 2024**

(gratuit places limitées)

**Mercredi  
6  
Novembre**

## Sortie Coquillage à Marseillan "La ferme Marine"

Départ 7h30 de la gare routière en direction de Marseille (visite guidée mas ostréicole occi marée, restaurant avec buffets fruits de mer à volonté, poisson à la plancha...)

**Tarif : 44.40€ (chèque à l'ordre de la Ferme marine)**

Inscription **à partir du mardi 1er octobre 2024**

# PÔLE SOLIDARITÉ

LE SERVICE SÉNIORS VOUS PROPOSE

**Mercredi  
27  
Novembre**

## Repas festif dansant - Salle des Colombes

A partir de 11h30 « Repas fin d'année »

Inscription à **partir du jeudi 17 octobre 2024**

**Tarif 15€ uniquement en chèque**

Infos à venir

**Jeudi  
12  
Décembre**

## Sortie libre au marché de Noël de la Garde (83)

**Tarif transport 5€**

Inscription à **partir du mardi 12 novembre 2024**

 **INFO CANICULE** : Le Pôle Solidarité service Séniors de la Ville de Trets réactive son dispositif "Plan canicule".

Il sera effectif **du 1er juin au 31 août 2024**.

Toutes les personnes fragiles peuvent s'inscrire ou se faire inscrire **gratuitement** sur le registre de veille canicule pour un suivi.

**Contact** : 04 42 61 23 48 - 04 42 61 23 46 - CCAS 04 42 61 23 80

**COLIS DE NOËL** : La distribution des colis de Noël aura lieu le **mercredi 4 décembre 2024**, comme chaque année vous recevrez fin novembre **l'invitation** à retirer votre colis.

Renseignements et inscriptions **du lundi au vendredi de 9h à 12h**  
à **France Services** - 17 rue Feraud au 04 42 61 23 48 / 04 42 61 23 49

**ATTENTION AUCUNE INSCRIPTION NE SERA PRISE PAR  
TÉLÉPHONE**