



LOISIRS ET ACTIVITÉS PHYSIQUES :

- **CMA - Centre Municipaux d'Animation** : réseau de lieux de proximité proposant une large palette d'activités culturelles, artistiques, sportives et éducatives, ouvertes à tous les âges - de la petite enfance aux seniors. 19 CMA sont répartis sur Marseille et chacune d'entre elles possède son propre programme et services.
Pour plus d'informations : **se renseigner auprès de votre mairie ou sur internet en tapant le « Centre Municipaux d'Animation » suivi du numéro de votre quartier**
- **Maison Sport Santé - Ville de Marseille** : lieu ayant pour mission de promouvoir et de favoriser l'accès à l'activité physique adaptée pour le bien-être et la santé. Elle propose un accompagnement personnalisé en particulier pour les personnes éloignées de la pratique quels que soient leur état de santé, leur âge et degré d'autonomie (sur inscription).
Pour plus d'informations : <https://www.marseille.fr/sante/actions-de-prevention/maison-sport-sante>
- **ACLAP** : lieu d'accueil, d'aides et de loisirs pour personnes âgées
Pour plus d'informations : <http://www.aclap.org/>
- **ES13** : association proposant des diverses activités aux jeunes de +55 ans (cours de gym, cours de danse, de langues, initiation à l'œnologie ou à l'informatique par exemple), des sorties à la journée, des randonnées, des voyages et des croisières.
Pour plus d'informations : www.es13.com
- **Sport Santé Senior – Ville de Marseille** : programme municipal proposant des activités physiques gratuites en plein air adaptées aux seniors de plus de 60 ans.
Pour plus d'informations :
<https://www.marseille.fr/sports-loisirs/le-sport-à-marseille/sport-sante-seniors>
- **Club Loisirs – CCAS Marseille** : plusieurs clubs proposant des activités sur Marseille
Pour plus d'informations :
<https://www.marseille.fr/sites/default/files/contenu/social/PDF/activites-clubs.pdf>
- **Maison du Bel Âge** : animations et ateliers pour personnes âgées
Pour plus d'informations : www.departement13.fr/les-maisons-du-bel-age/