

CMA

PROGRAMME ADULTES

sept-déc 25

ANIMATIONS

ATELIERS

SORTIES

**Centres
Municipaux
d'Animation
des 4^e & 5^e arr.
de Marseille**



Le mot des CMA

Parmi les 19 CMA des 4^e et 5^e arr. de Marseille, 5 vous proposent une programmation événementielle riche et variée : sorties, animations, ateliers... Au fil des saisons, elle se renouvelle pour vous offrir toujours plus de découvertes et de moments conviviaux. De balades culturelles en ateliers créatifs, découvrez la programmation de cet automne 2025 !

CMA FÉDÉRATION RETRAITÉS

14 bd Meyer - 4^e arr.

04 91 49 65 95

cmafederationretraites@marseille.fr

Métro Ligne 1 - station St-Just ou Chartreux

Bus 41 - arrêt Achard

Bus 72 - arrêt Maréchal Juin

CMA SAINT-PIERRE

333 rue Saint-Pierre - 5^e arr.

04 91 42 17 69 | cmasaintpierre@marseille.fr

Métro Ligne 1 - station Timone

Tramway 1 - arrêt Sainte-Thérèse

Bus 14, 40, 54, 91, 72 - arrêt Sainte-Thérèse

Accès PMR

SORTIES - p.4

ANIMATIONS - p.6

ATELIERS - p.9

COMMENT S'INSCRIRE ? - p.11

CMA MADON

5 rue Madon - 5^e arr.

04 13 94 85 12 | cmamadon@marseille.fr

Métro Ligne 1 - stations Timone ou Blancarde

Tramway 1 - arrêt George

Bus 72 - arrêt Sakakini – Chave

Bus 52 arrêt Jeanne d'Arc

CMA VALLIER

10 rue de la visitation - 5^e arr.

04 91 49 10 24 | cmavallier@marseille.fr

Métro Ligne 1 - station Cinq Avenues

Tramway 2 - arrêt Foch

Bus 41 - arrêt Orgues Juramy

Bus 72 - arrêt stade Vallier

CMA MAILLE

40 rue Antoine Maille - 5^e arr.

04 91 26 23 89 | cmamaille@marseille.fr

Métro Ligne 1 - station Baille ou Castellane

Métro Ligne 2 - station Castellane

SORTIES

Les CMA proposent des sorties culturelles, sportives et de loisirs favorisant la découverte, la convivialité.



Cet icône correspond au point de rendez-vous.

BALADES

Ven. 26 SEPT. 13h30-17h	Balade urbaine  Le Panier	CMA VALLIER
Mer. 08 OCT. 9h45	Malmousque et le Vallon des Auffes  Parc Valmer	CMA FÉDÉRATION RETRAITÉS
Jeu. 16 OCT. 10h-16h	Plage du Prado vers la plage du Prophète  Statut du David	CMA MAILLE
Mer. 29 OCT. 8h45-15h	Sanary : visite de l'église, marché et déjeuner libre  Av. Maréchal Juin	CMA FÉDÉRATION RETRAITÉS
Ven. 21 NOV. 13h30-17h	Balade urbaine  Les Chutes Lavie	CMA VALLIER
Mer. 03 DÉC. 13h30-17h	Village de La Treille Sur les traces de Marcel Pagnol  Terminal bus 12S	CMA FÉDÉRATION RETRAITÉS
Jeu. 18 DÉC. 10h-16h	Le Marché de Noël suivi d'un déjeuner  Vieux Port ou Prado	CMA MAILLE
Jeudi 1 fois par mois	Balade urbaine Nature et peinture En lien avec Histoire de quartier p.9	CMA SAINT- PIERRE

VISITES GUIDÉES

Mer. 03 SEPT. 10h +	Exposition Alberto Giacometti  Musée Cantini	CMA MADON
Mer. 17 SEPT. 14h		
Mer. 17 SEPT. 8h45	La Campagne Pastré  Navette maritime du Vieux Port	CMA FÉDÉRATION RETRAITÉS
Mar. 23 Mer. 24 Jeu. 25 SEPT. 15h	Découverte du tournage de «Plus belle la vie»  Allauch	CMA FÉDÉRATION RETRAITÉS
Jeu. 06 NOV. 14h	De Saint-Victor aux Catalans  Parvis abbaye Saint-Victor	CMA FÉDÉRATION RETRAITÉS
Mer. 19 NOV. 14h	Château Gombert  Contacter le CMA	CMA FÉDÉRATION RETRAITÉS
	Musées et expositions En cours de programmation	CMA SAINT- PIERRE

SPORTS

Lun. 08 SEPT. 9h	Marche sportive  Métro Rond Point du Prado	CMA FÉDÉRATION RETRAITÉS
Mer. 10 SEPT. 9h15	Cours zen attitude  Plage du Prophète	CMA FÉDÉRATION RETRAITÉS
Jeu. 25 SEPT. 10h-15h	Cours de gym  Plage des Catalans	CMA MAILLE

CINÉMA

Ven. 17 OCT. 13h	Film  Pathé Madeleine	CMA VALLIER
Ven. 12 DÉC. 13h	Film  Pathé Madeleine	CMA VALLIER

ANIMATIONS

Les CMA vous proposent
de partager des moments
conviviaux autour d'activités
festives, culturelles et ludiques.

DANSE

Lun. 13 OCT. 14h	Bal	CMA FÉDÉRATION RETRAITÉS
------------------------	------------	---

Ven. 07 NOV. 14h-17h	Bal	CMA VALLIER
----------------------------	------------	------------------------

Lun. 24 NOV. 14h	Bal	CMA FÉDÉRATION RETRAITÉS
------------------------	------------	---

CAFÉS LITTÉRAIRES, PHILO ET CONFÉRENCES

Lun. 22 SEPT. 14h-16h	Comment devenir un-e lecteur·rice attentif·ve ? Par Jean-Claude Romera, écrivain	CMA MADON
-----------------------------	--	----------------------

Lun. 29 SEPT. 14h-15h30	Café littéraire	CMA MADON
-------------------------------	------------------------	----------------------

Mar. 30 SEPT. 14h-16h	Café littéraire	CMA VALLIER
-----------------------------	------------------------	------------------------

Lun. 13 OCT. 14h-16h	50 ans d'expérience en matière de nutrition Par Jean-Pierre Aquino, médecin	CMA MADON
----------------------------	---	----------------------

Lun. 20 OCT. 14h-15h30	Café littéraire	CMA MADON
------------------------------	------------------------	----------------------

Lun. 17 NOV. 14h-15h30	Café philo	CMA MADON
------------------------------	-------------------	----------------------

Mar. 02 DÉC. 14h-16h	Café littéraire	CMA VALLIER
----------------------------	------------------------	------------------------

Lun. 08
DÉC.
14h-15h30

Café littéraire

**CMA
MADON**

JEUX

Jeudis
13h

Concours de cartes

**CMA
FÉDÉRATION
RETRAITÉS**

25 SEPT.
02 OCT.
23 OCT.
20 NOV.

CULTURE

Jeu. 04
DÉC.
16h30

Exposition peinture

**CMA
VALLIER**

Mar. 16
DÉC.
14h30

Théâtre Cie Gruyère

**CMA
FÉDÉRATION
RETRAITÉS**

CONVIVIALITÉ

Mar. 16
DÉC.
11h30-14h

Apéro de fin d'année

**CMA
MAILLE**

Ven. 19
DÉC.
12h-17h

Repas et bal de Noël Cie Gruyère

**CMA
VALLIER**

À
l'automne
et Noël

Repas festif de saison avec une animation

**CMA
SAINT-
PIERRE**

JARDINAGE

Mer. 01
OCT.
13h30-17h

Bourse aux plantes et aux graines

**CMA
SAINT-
PIERRE**

LOTOS SOCIOCULTURELS

Lundis
14h

Loto associatif

**CMA
VALLIER**

13 OCT.
15 DÉC.

suite >

Mardis
14h

Loto associatif

**CMA
FÉDÉRATION
RETRAITÉS**

16 SEPT.
14 OCT.
04 NOV.
02 DÉC.

Jeudis
13h30

Loto associatif

**CMA
SAINT-
PIERRE**

18 SEPT.
16 OCT.
13 NOV.
18 DÉC.

PÉTANQUE

Jeudis
13h

Concours de pétanque

**CMA
FÉDÉRATION
RETRAITÉS**

04, 11 et 18 SEPT.
16 et 30 OCT.

Jeudis
9h30

Concours de pétanque + repas

**CMA
FÉDÉRATION
RETRAITÉS**

9 OCT.
13 NOV.

Jeu. 27
NOV.
17h

Récompenses concours de pétanque de Noël

**CMA
FÉDÉRATION
RETRAITÉS**

ATELIER

Les CMA vous proposent de développer vos talents artistiques, de stimuler votre mémoire et d'entretenir votre bien-être.

ÉCRITURE ET DICTÉE

Lundis 14h **Atelier dictée** **CMA MADON**

08 SEPT.
27 OCT.
24 NOV.

Lundis 14h-16h **Atelier écriture** **CMA MADON**

15 SEPT.
06 OCT.
3 NOV.
01 DÉC.

MÉMOIRE

Mer. 14h-16h **Atelier mémoire** **CMA MADON**
Mémomut 1

17 et 24 SEPT.
01, 08 et 15 OCT.
05, 12, 19 et 26 NOV.
03 DÉC.

17 SEPT. au 19 NOV. 14h-16h30 **Histoire de quartiers** **CMA SAINT-PIERRE**
Atelier mémoires personnelles illustrées

PRATIQUES ARTISTIQUES ET MANUELLES

Vendredis 14h-16h **Atelier théâtre** **CMA MADON**

12 et 26 SEPT.
03 et 17 OCT.
07 et 21 NOV.
05 et 19 DÉC.

suite >

Vendredis **Atelier chorale**
De SEPT.
à DÉC.
10h-12h

**CMA
MADON**

Pendant
les
vacances
scolaires **Ateliers créatifs et ludiques
intergénérationnels**

**CMA
SAINT-
PIERRE**

Vendredis **Atelier Cré'Art**
14h Initiation à la couture

**CMA
MADON**

24 OCT.
28 NOV.

COMMENT S'INSCRIRE ?

1 - Choisissez votre ou vos activité·s.

2 - Contactez le ou les CMA par email, téléphone ou en vous rendant sur place, pour connaître les tarifs et les modalités d'inscriptions.

3 - Procédez au paiement.

4 - Vous êtes inscrit·e !

Pour toute question, n'hésitez pas à contacter le CMA concerné. Les équipes sont là pour vous accompagner !

Et aussi tout au long de l'année...

Les CMA proposent une offre variée d'activités, pensées pour tous les âges. Plus de **300 activités** vous attendent dans les **19 Centres Municipaux d'Animations** des 4^e et 5^e arr. de Marseille.



Gardons contact !

Retrouver toute l'actualité
des 4^e et 5^e arr. sur

www.marseille4-5.fr

et

en vous abonnant
à notre newsletter

