DÉPARTEMENT DES ALPES-MARITIMES 06

Seniors en action !

PROGRAMME

2E SEMESTRE 2023

Septembre - Décembre

www.departement06.fr

#AlpesMaritimes DEPARTEMENT06

VOUS AVANT TOUT !

éditos

Je suis heureux de vous annoncer le retour des voyages seniors !

Vous avez été toujours aussi nombreux à participer aux événements organisés par le Département au 1er semestre 2023 : quelle fierté ! Ce succès inégalé constitue notre plus belle récompense puisqu'il témoigne que le bien vieillir dans les Alpes-Maritimes n'est pas un vain mot mais une réalité partagée par plus de 30 000 seniors azuréens inscrits au programme « Seniors en action ! ».

En ce début d'été, je suis heureux de vous présenter la nouvelle programmation culturelle qui fera de votre quotidien une succession d'expériences aussi riches que diverses. Foulez le parquet du mythique Palais des Rois Sardes au cours d'après-midis dansants et, pour les plus courageux, relevez le défi en participant à la 9e édition de « Danse avec les Seniors ». Laissez-vous submerger par l'émotion dans les espaces culturels du Département, reconnectez-vous à l'essentiel au Parc naturel de la Grande Corniche et plongez dans les trésors de notre patrimoine unique.

Enfin, si « le plus beau voyage, c'est celui qu'on n'a pas encore fait » à en croire les mots du célèbre navigateur Loïck Peyron, je suis particulièrement heureux de vous annoncer le retour des voyages seniors ! Entre évasion en pays catalan, escale en Espagne et découverte du Gers, nul doute que ces nouvelles destinations satisferont vos envies d'ailleurs !

Je vous souhaite de très beaux moments de divertissement et de partage avec « Seniors en action ! ».

Charles Ange GINÉSY
Président du Département
des Alpes-Maritimes

« Ce ne sont pas les années qui comptent dans votre vie, mais la vie dans vos années » disait Abraham Lincoln. C'est là l'essence même du programme « Seniors en action ! » du Département des Alpes-Maritimes qui vise à aider les seniors azuréens à cultiver leur vitalité et satisfaire leur énergie débordante. Depuis 2012, notre volonté est intacte et votre engouement total avec plus de 30 000 seniors inscrits chaque année au dispositif !

Aussi, c'est avec un immense plaisir que nous vous présentons, avec le Président Charles-Ange Ginésy, la programmation de ce second semestre 2023. Danseurs invétérés, sportifs, passionnés de nature, férus de culture, chacun d'entre vous trouvera à n'en pas douter son bonheur dans ce joli bouquet d'animations. Les globe-trotteurs ne seront pas en reste puisque les voyages seniors font leur grand retour !

Soyez assurés que le Département fera toujours de votre bien vieillir une priorité de son action.

Longue vie au programme « Seniors en action ! ».

Eric CIOTTI
Député
Président de la commission des finances du Département des Alpes-Maritimes et du SDIS

C'est toujours un immense plaisir de vous retrouver, enthousiastes et heureux, lors des diverses animations du programme « Seniors en action ! » qui rassemble plus de 30 000 seniors azuréens chaque année.

En ma qualité de Vice-président délégué à la santé et aux seniors, c'est une fierté pour moi de porter une politique du « bien-vieillir » aussi ambitieuse, positive et profondément humaine que celle du Département des Alpes-Maritimes.

Prendre soin de nos aînés, quel que soit leur degré d'autonomie, veiller à leur santé et à leur bien-être, répondre à leurs besoins et à leurs attentes dans tous les domaines de la vie : c'est notre ADN de solidarité que j'ai particulièrement à cœur de défendre aux côtés du Président Charles Ange Ginésy et du Président de la commission des finances du Département Eric Ciotti.

Jacques GENTE
Vice-président du Département délégué à la santé et aux seniors

LOISIRS

Le Département organise des événements pour VOUS divertir.

AVANT TOUT !

4 MAISONS DÉPARTEMENTALES DES SENIORS ET 11 MAISONS DU DÉPARTEMENT vous accueillent et vous renseignent.

DEVENEZ MEMBRE DU PROGRAMME SENIORS EN ACTION pour participer aux nombreux événements et bénéficier de nombreux avantages.

© Département des Alpes-Maritimes

Seniors en action, une offre de loisirs et de divertissement unique

Vous êtes un senior du 06
et vous avez envie de vous évader et vous divertir ?

Le Département vous propose de faire le plein d'activités avec le programme « Seniors en action ». Ce programme entend prévenir l'isolement, développer le lien social et de proximité, et offrir, aux conditions les plus accessibles, une gamme diversifiée de loisirs touristiques, culturels, sportifs et de détente à l'échelle du département favorisant ainsi le « bien vieillir ».

Plus de 30 000 personnes participent aux actions proposées : bals, cinéma, chorale, théâtre, randonnées, excursions, journées détente aux thermes de Berthemont-les-Bains, voyages, accès à des lieux emblématiques…

Sont également organisés des concours départementaux, « Danse avec les seniors », « Pétanque seniors » et « Belote seniors », qui réunissent chacun un demi-millier de participants.

Informations et inscriptions par téléphone uniquement

Maisons départementales des seniors, Maison des Alpes-Maritimes de Nice et Maisons du Département.

(coordonnées page 9)

Retour en images - 1er semestre 2023

Vous avez été nombreux à participer aux événements organisés par le Département au 1er semestre 2023 !

Finale du concours "Danse avec les seniors"

Printemps des seniors : Dany Brillant à Nice

Emile & Images à Valberg et bien d'autres concerts

Visite guidée du Musée Escoffier

Découverte du fort de La Revère

Balade guidée "Place Garibaldi & Vieux-Nice"

Sommaire

Informations et mesures sanitaires	p.8
Après-midis dansants	p.10
Danse avec les seniors	p.11
Chorale seniors	p.12
Cinéma & théâtre	p.14
Balades et détente	p.16
Instants culturels	p.19
Découverte du patrimoine	p.24
Visites guidées cœur de ville	p.26
Maison de l'Intelligence Artificielle	p.28
À votre agenda	p.29
Voyages seniors	p.30

Informations et mesures sanitaires

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS PAR TÉLÉPHONE UNIQUEMENT

- Pour les bals, cinémas et théâtres, à compter du premier mardi du mois pour les séances du mois suivant.
- Pour toutes les autres activités, à compter du **18 juillet 2023.**
- Maisons départementales des seniors, Maison des Alpes-Maritimes de Nice et Maisons du Département.

RÈGLEMENT DES ACTIVITÉS SUR RDV UNIQUEMENT dans les Maisons départementales des seniors de Nice Nord, Nice Est, Nice Ouest, à la Maison des Alpes-Maritimes de Nice et à la Maison du Département de Roquebillière.

Le Département se réserve le droit d'annuler automatiquement toute inscription à une activité payante dont le règlement ne sera pas intervenu 8 jours avant le début de l'activité. Toute demande de remboursement devra être accompagnée d'un certificat médical.

Toute annulation à moins de 48 heures ne donnera droit à aucun remboursement.

Le programme et les événements proposés sont susceptibles d'être adaptés et modifiés.

MESURE SANITAIRES
Conditions d'accés selon la réglementation sanitaire en vigueur.

Les Maisons du Département et des Seniors à votre service

Maison des Alpes-Maritimes Nice
(du lundi au vendredi
de 8h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30)
6 avenue Max Gallo - 06000 NICE
Tél MDS : 04 89 04 32 95

Maison départementale des Seniors Nice-Nord
(du lundi au vendredi de 9h à 12h30
et de 13h30 à 17h)
144 boulevard de Cessole - 06100 NICE
Tél : 04 89 04 51 25

Maison départementale des Seniors Nice-Est
(du lundi au vendredi de 9h à 12h30
et de 13h30 à 17h)
50 boulevard Saint-Roch - 06300 NICE
Tél : 04 89 04 53 00

Maison départementale des Seniors Nice-Ouest
(du lundi au vendredi de 9h à 12h30
et de 13h30 à 17h)
173 - 175 rue de France - 06000 NICE
Tél : 04 89 04 38 23

Maison du Département Saint-Martin-Vésubie
(du mardi au samedi de 9h à 18h)
52 boulevard Lazare Raiberti
06450 Saint-Martin-Vésubie
Tél : 04 89 04 54 10

Maison du Département Roquebillière
(du lundi au vendredi de 8h30 à 17h30)
30 avenue Corniglion Molinier
06450 Roquebillière
Tél : 04 89 04 53 90

Maison du Département Saint-Vallier-de-Thiey
(du lundi au vendredi de 9h à 18h)
101 allée Charles Bonome
06460 Saint-Vallier-de-Thiey
Tél : 04 89 04 30 75

Maison du Département Menton
(du lundi au vendredi de 9h à 17h)
4 rue Victor Hugo - 06500 Menton
Tél : 04 89 04 30 10

Maison du Département
Saint-André-de-la-Roche
(du lundi au vendredi de 8h30 à 17h)
2 rue du Ghet - Res. Laupia
06730 Saint-André-de-la-Roche
Tél : 04 89 04 30 80

Maison du Département Vence
(du lundi au vendredi de 9h à 12h30
et de 13h30 à 17h)
Place Clémenceau / Passage Cahours
06140 Vence
Tél : 04 89 04 58 60

Maison du Département Grasse
(du lundi au vendredi de 9h à 12h30
et de 13h30 à 17h)
12 boulevard Carnot - 06130 Grasse
Tél : 04 89 04 52 20

Maison du Département
Saint-Sauveur-sur-Tinée
(lundi et vendredi de 8h30 à 12h
et du mardi au jeudi de 8h30 à 17h)
Place de la Mairie
06420 Saint-Sauveur-sur-Tinée
Tél : 04 89 04 36 10

Maison du Département
Saint-Etienne-de-Tinée
(Le vendredi de 8h30 à 17h)
Hôtel de France
rue des communes de France
06660 Saint-Etienne-de-Tinée
Tél : 04 89 04 51 46

Maison du Département Plan-du-Var
(du lundi au vendredi de 8h30 à 17h)
368 route de la Porte des Alpes
06670 Plan-du-Var
Tél : 04 89 04 35 00

Seniors en action ! BALS

Après-midis dansants

Pour les seniors amoureux de la danse de salon, la salle emblématique du Palais des Rois Sardes propose des après-midis dansants.

AU PROGRAMME

Après-midis dansants tous les samedis de 14h30 à 17h30, afin de permettre au plus grand nombre de partager de vrais moments de convivialité sur des rythmes variés (tango, valse, cha cha cha, madison, disco...).

INSCRIPTIONS

Uniquement par téléphone à compter du premier mardi du mois pour les bals du mois suivant (coordonnées page 9).

INFOS PRATIQUES

Palais des Rois Sardes,
10 rue de la Préfecture, Nice

Accueil à partir de 14h

DANSE AVEC LES SENIORS

9E ÉDITION DU CONCOURS DÉPARTEMENTAL "DANSE AVEC LES SENIORS"

Après les succès rencontrés au cours des précédentes éditions, le Département des Alpes-Maritimes vous propose de poursuivre l'aventure.

Ce concours en couples est réservé aux amateurs de plus de 55 ans, résidant dans le département.

Des sélections sont prévues les **mardis 5, 12 et 19 septembre** à la salle Laure Ecard à Nice.

Un accompagnement artistique sera dispensé aux candidats sélectionnés les mardis matin à compter du 26 septembre à la salle Laure Ecard.

La finale sera organisée au premier trimestre 2024 au palais Nikaïa à Nice.

INFOS PRATIQUES

INSCRIPTIONS des couples candidats aux journées de sélection
Uniquement par téléphone (coordonnées page 9).

Espace Laure Ecard
50 boulevard Saint Roch, 06300 Nice

Chorale seniors

Une programmation musicale riche et variée est pratiquée de manière régulière de septembre à juin dans le cadre de la chorale départementale seniors.

LES RÉPÉTITIONS

Reprise des répétitions à partir du 13 septembre tous les mercredis matin à l'Espace Laure Ecard :

Pratique du chant Niveau 1 de 8h15 à 10h15

Pratique du chant Niveau 2 de 10h30 à 12h30

Une audition pour la sélection de nouveaux chanteurs amateurs aura lieu **le mercredi 6 septembre matin à la salle Laure Ecard.**

INSCRIPTIONS À L'AUDITION

Uniquement par téléphone (coordonnées page 9).

INFOS PRATIQUES

Espace Laure Ecard
50 boulevard Saint-Roch,
06300 Nice

Cinéma

Avec le Département, le 7e Art s'ouvre généreusement aux seniors qui bénéficient de moments enrichissants au cinéma Jean-Paul Belmondo.

AU PROGRAMME

Situé place Garibaldi à Nice, le cinéma Jean-Paul BELMONDO projette des séances de cinéma pour les seniors, tous les après-midis à 14h du lundi au vendredi.

INSCRIPTIONS

Uniquement par téléphone à compter du premier mardi du mois pour les séances de cinéma du mois suivant (coordonnées page 9).

INFOS PRATIQUES

Cinéma Jean-Paul BELMONDO,
16 place Garibaldi, Nice

Retrouvez toute la programmation sur :
cinemabelmondo.departement06.fr
Accueil à partir de 13h30

Tarif : 2,50 €
à régler à la billetterie du cinéma.

© Département des Alpes-Maritimes

Théâtre

Un rendez-vous culturel incontournable.

AU PROGRAMME

- **Lundi 18 septembre : « Neuf, des préjugés au doute »** Comédie des remparts

Neufs jurés tirés au sort. Un huis clos haletant. De cette expérience, tous sortiront transformés.

- **Lundi 9 octobre : « Venise sous la neige »** Compagnie Acte 3

La comédie culte de Gilles Dyrec ne se déroule ni à Venise ni sous la neige, mais chez un couple petit-bourgeois qui s'apprête à se marier. Bienvenu aux pays des clichés et des paradoxes aux frontières de l'absurde, mais où chacun se reconnait si bien.

- **Lundi 23 octobre : « No limit »** Association Fauve Life

Une séance de psychanalyse anticonformiste pour ne pas dire loufoque !

- **Lundi 6 novembre : « Intra Muros »** Compagnie Russa Lux

Richard, metteur en scène, donne un cours de théâtre dans une prison. Petit à petit, la véritable histoire se dévoile : tous les participants sont liés d'une manière ou d'une autre…

- **Lundi 11 décembre : « Faux départ »** Le P'tit théâtre de l'Inattendu

La retraite a un parfum de fin d'adolescence. Pour Odile et Jean, c'est l'heure de concrétiser les rêves. Amour en péril…

INSCRIPTIONS

Uniquement par téléphone à compter du premier mardi du mois pour les représentations du mois suivant (coordonnées page 9).

INFOS PRATIQUES

Espace Laure Ecard, 50 boulevard Saint-Roch, Nice
Séances à 14h ou 16h

Accueil 30 minutes avant le début de la représentation.
Spectacles gratuits

Parc départemental de la Grande Corniche

Seniors en action ! DÉTENTE

Balade, découverte du patrimoine et après-midi détente rythmeront votre journée.

AU PROGRAMME

- Balade d'une heure dans le parc de la Grande Corniche suivie d'une visite commentée du Fort de la Revère
- Déjeuner au Fort de le Drète
- Jeux de société, pétanque

DATES SORTIES

(sous réserve des conditions météorologiques)

Mardi 12 septembre
Mercredi 20 septembre
Mercredi 27 septembre

Mercredi 11 octobre
Mercredi 18 octobre
Mercredi 25 octobre

INFOS PRATIQUES

RDV à 8h30 à la Maison des Alpes-Maritimes de Nice,
6 avenue Max Gallo
Retour sur Nice vers 17h15

Tarif : 16 €

© Département des Alpes-Maritimes

Station thermale à Berthemont-les-Bains

Venez vous ressourcer à Berthemont-les-Bains, unique station thermale de la Côte d'Azur.

AU PROGRAMME

- Déjeuner au restaurant
- Accès libre au sauna, hammam, bassin ludique, bassin massant, bassin sportif, lits d'eau, solarium
- 1 soin thermal (aérobain ou bain hydro massant aromatique en baignoire individuelle de 20 minutes)

DATES SORTIES

Lundi 11 septembre
Jeudi 21 septembre
Lundi 25 septembre

Lundi 9 octobre
Jeudi 19 octobre
Lundi 23 octobre
Jeudi 26 octobre

INFOS PRATIQUES

RDV à 10h15 devant la Maison des Alpes-Maritimes de Nice, 6 avenue Max Gallo. Arrivée sur Nice vers 18h30.

Le nombre de participants étant limité par journée, les inscriptions sont prioritairement réservées aux personnes n'ayant pas encore bénéficié de cette journée détente.

Tarif : 54 €

© Département des Alpes-Maritimes

Musée des arts asiatiques

Seniors en action ! INSTANTS CULTURELS

AU PROGRAMME

◆ Exposition temporaire « Tatouages du monde flottant : le corps imagé au Japon »

L'art du tatouage japonais est considéré comme l'un des ornements corporels les plus aboutis au monde. Sa pratique puise sa source au cœur de la période d'Edo (1603-1868) puis évolue vers une ornementation toujours plus élaborée et riche de figures symboliques valorisant la force et le courage. L'exposition retrace plus de trois cents ans d'histoire d'un art dont les codes d'hier inspirent ceux d'aujourd'hui.

Mercredis 20 septembre, 4 octobre, 18 octobre, 8 novembre et 22 novembre

INFOS PRATIQUES

Musée des arts asiatiques, 405 promenade des Anglais, Arénas, Nice
RDV à 14h15. **Visite commentée gratuite d'une heure**

◆ Ateliers d'initiation à la pratique du Taï Chi Chuan et Qi Gong

Art martial chinois, le Taï Chi Chuan est une gymnastique souple et douce, accessible à tous. Des mouvements lents et continus fortifient le corps, apaisent le mental et font circuler l'énergie.
Gymnastique douce et lente, le Qi Gong vise à maintenir ou à réparer l'équilibre entre les différents organes du corps.

Dates prévisionnelles :
Inscription à compter du
Jeudi 5 octobre

TAÏ CHI CHUAN : jeudis 19 octobre, 16 novembre et 14 décembre
QI GONG : jeudis 2 et 30 novembre

INFOS PRATIQUES

Parvis extérieur du Musée des arts asiatiques, 405 promenade des Anglais, Arénas, Nice - RDV à 10h30 - **Séance gratuite d'une heure**

Espace culturel Lympia

Seniors en action ! INSTANTS CULTURELS

AU PROGRAMME

◆ Exposition « Vasarely »

L'artiste d'origine hongroise Victor Vasarely (1906-1997) est certainement le peintre de la tendance de l'abstraction géométrique le plus connu du vingtième siècle en France et dans le monde. Cette exposition propose de découvrir, à travers une sélection d'œuvres de Vasarely, un ensemble de peintures et de travaux de recherches inédits. Plusieurs artistes contemporains héritiers de la démarche de Vasarely sont également présentés dans cette exposition.

Vendredis 8, 15 et 29 septembre | **Vendredis 6 et 13 octobre**

INFOS PRATIQUES

Espace culturel Lympia,
2 quai Entrecastaux, Nice

RDV à 11h

Visite commentée gratuite d'une heure de l'exposition, suivie d'un parcours guidé de l'ancien Bagne et du Pavillon de l'Horloge.

© Département des Alpes-Maritimes

DÉPARTEMENT DES ALPES-MARITIMES | 06

VASARELY

d'un art programmatique au numérique

DANIEL CANOGAR • MIGUEL CHEVALIER •
PASCAL DOMBIS • DOMINIQUE PÉTRIN • SABRINA RATTÉ • FLAVIEN THÉRY

©Adagp, Paris 2023, Georges Poncet / Collection d'Art Renault Group

17.06 > 22.10.2023 - ESPACE CULTUREL LYMPIA - PORT DE NICE

Renault Group

LYMPIA
ESPACE CULTUREL DÉPARTEMENTAL
2 quai entrecasteaux - 06300 Nice
du mercredi au dimanche : 10h - 17h

Entrée libre
Renseignements sur :
espacelympia.departement06.fr
#AlpesMaritimes DEPARTEMENT06

UN ÉVÉNEMENT ORGANISÉ POUR VOUS AVANT TOUT !
PAR LE DÉPARTEMENT DES ALPES-MARITIMES

© Département des Alpes-Maritimes

Micro-Folie départementale

Venez vous dépayser et découvrir des chefs d'œuvre nationaux et internationaux au musée numérique.
Expérimentez un « tête à tête avec la Joconde » en réalité virtuelle.

AU PROGRAMME

- **Vendredi 15 septembre**
  Collection œuvres nationales
  (Centre Pompidou, musée du Louvre, musée Picasso...)
- **Vendredi 29 septembre**
  Conférence « Versailles : jardins, château, histoires... »
- **Vendredi 13 octobre**
  Collection Union européenne
- **Vendredi 3 novembre**
  Conférence : « Un mouvement, plusieurs impressionnismes ? »
- **Vendredi 17 novembre**
  Collection résidences royales européennes
  (Château de Versailles, palais de Pena, château de Schönbrunn...)
- **Vendredi 8 décembre**
  Conférence « Voyage en Océanie »
- **Vendredi 15 décembre**
  Collection œuvres nationales
  (Cité de la musique, château de Versailles, musée du Louvre...)

INFOS PRATIQUES

Micro-Folie départementale,
26 rue Saint-François de Paule, Nice
RDV à 10h30

Gratuit I Durée : 2 heures

Découverte du patrimoine

Seniors en action ! DÉCOUVERTES

Des escapades organisées pour satisfaire vos envies de découvertes...

AU PROGRAMME

Les calanques de Cassis
Jeudi 7 septembre - Mardi 12 septembre
Naviguez dans les célèbres calanques de Cassis.
RDV à 6h45 à la Maison des Alpes-Maritimes de Nice, 6 avenue Max Gallo.
Retour sur Nice vers 19h15
→ 51 €/personne

Escapade en Italie : Bordighera et Dolceacqua
Mardi 19 septembre - Vendredi 6 octobre
Découvrez la villa Garnier et la vieille ville de Bordighera puis visitez le village médiéval de Dolceacqua.
RDV à 7h15 à la Maison des Alpes-Maritimes de Nice, 6 avenue Max Gallo.
Retour sur Nice vers 18h30
→ 26 €/personne + prévoir 4 € en espèces à régler sur place

Basilique de Saint-Maximin et musée des gueules rouges
Mercredi 27 septembre - Lundi 9 octobre - Lundi 13 novembre
Vendredi 15 décembre
Visite guidée de la basilique de Saint-Maximin puis découverte du musée des gueules rouges qui retrace l'histoire de l'exploitation minière de la bauxite dans le Var.
RDV à 8h00 à la Maison des Alpes-Maritimes de Nice, 6 avenue Max Gallo.
Retour sur Nice vers 18h
→ 43,50 €/personne

Les gorges du Verdon et le village de Moustiers-Sainte-Marie
Mercredi 4 octobre
Découverte panoramique du Verdon par la corniche sublime suivie de la visite du village de Moustiers-Sainte-Marie, cité de la Faïence.
RDV à 6h45 à la Maison des Alpes-Maritimes de Nice, 6 avenue Max Gallo.
Retour sur Nice vers 19h
→ 28 €/personne

Escapade en Provence : les Antiques et les Carrières de lumière
Lundi 16 octobre - Lundi 30 octobre
Sur la route qui relie Saint-Rémy-de-Provence aux Baux-de-Provence, découvrez les Antiques, monuments historiques marquants l'entrée du Glanum. Poursuivez votre escapade avec une exposition numérique immersive « de Vermeer à Van Gogh, les maîtres hollandais » aux Carrières de lumière.
RDV à 7h15 à la Maison des Alpes-Maritimes de Nice, 6 avenue Max Gallo. Retour sur Nice vers 19h30
→ 47 €/personne

Le musée du Calisson à Aix-en-Provence et déjeuner spectacle Music-hall à Venelles
Jeudi 9 novembre - Mardi 14 novembre
Après la visite du musée du Calisson découvrez la magie du spectacle en plein jour. Plumes, strass, paillettes, variété et rires garantis.
RDV à 7h à la Maison des Alpes-Maritimes de Nice, 6 avenue Max Gallo.
Retour sur Nice vers 19h30
→ 36 €/personne

La grotte COSQUER et le Musée du Savon à Marseille
Mercredi 22 novembre - Mercredi 29 novembre - Mercredi 6 décembre Mercredi 13 décembre
Visitez le musée du Savon de Marseille puis embarquez à bord de modules d'exploration pour découvrir les trésors de la grotte Cosquer et ses œuvres pariétales.
RDV à 6h45 à la Maison des Alpes-Maritimes de Nice, 6 avenue Max Gallo
Retour sur Nice vers 19h30
→ 49 €/personne

INFOS PRATIQUES

Places limitées, 1 visite maximum par personne.

Niveau facile Niveau moyen Niveau difficile

Visites guidées cœurs de ville

AU PROGRAMME

VILLEFRANCHE-SUR-MER : sur les pas de Cocteau
Vendredi 8 septembre - Vendredi 13 octobre - Jeudi 19 octobre
Nous vous invitons tout au long d'une promenade inspirée des rêves du poête Cocteau à découvrir la Darse, le fort Saint-Elme, la vieille ville et la chapelle Cocteau.
RDV à 13h45 devant la gare maritime, 9 place Wilson à Villefranche-sur-Mer. Fin du parcours vers 17h
→ 4 €/personne à régler à la billetterie de la chapelle Cocteau

VENCE : centre historique et chapelle Matisse
Jeudi 14 septembre - Mardi 10 octobre
La partie historique de Vence se dévoile au sein d'une enceinte médiévale totalement préservée. Visite de la cathédrale et de la chapelle du Rosaire conçue par Henri Matisse.
RDV à 13h15 à la Maison des Alpes-Maritimes de Nice, 6 avenue Max Gallo. Retour sur Nice vers 17h15
→ 6 €/personne à régler à la billetterie de la chapelle Matisse

NICE : Place Garibaldi et Vieux-Nice
Lundi 18 septembre - Lundi 25 septembre - Jeudi 7 décembre
C'est le républicain Garibaldi qui nous accueille sur la place conçue pour accueillir les monarques et voyageurs arrivant de Turin. Le tour se poursuit par la visite du Vieux-Nice dans une flânerie à travers ses ruelles pour découvrir les sites emblématiques du Vieux-Nice ainsi que quelques œuvres de la ligne 1 du tramway. RDV à 8h45 place Garibaldi devant la statue. Fin du parcours place Masséna
→ Visite gratuite de 2h30

NICE : le quartier des Musiciens
Jeudi 28 septembre - Mercredi 11 octobre - Lundi 27 novembre
Partez à la découverte d'un quartier emblématique au départ du bâtiment historique de la Gare Thiers. En suivant les noms qui s'égrènent au fil des rues de ce quartier des Musiciens, vous pourrez admirer les architectures élégantes des plus beaux édifices de l'art Déco à Nice.
RDV à 8h45 devant l'office du tourisme Gare SNCF Thiers
Fin du parcours devant la gare Thiers
→ Visite gratuite de 2h30

HAUT-DE-CAGNES : découverte du village médiéval et du château-musée Grimaldi

Lundi 2 octobre - Lundi 6 novembre - Lundi 11 décembre

Un village aux multiples facettes historiques et artistiques, et la découverte du château médiéval remodelé à l'âge baroque où l'on visite les diverses collections d'art du musée.

RDV à 13h15 à la Maison des Alpes-Maritimes de Nice, 6 avenue Max Gallo.

Retour sur Nice vers 17h15

→ 2 €/personne à régler à la billetterie du château Grimaldi

ANTIBES : À la découverte du vieil Antibes et du musée Picasso

Mercredi 4 octobre - Jeudi 30 novembre

Visite de la chapelle Saint-Bernardin, de la commune libre du quartier du Safranier, du musée Picasso.

RDV à 13h à la Maison des Alpes-Maritimes de Nice, 6 avenue Max Gallo. Retour sur Nice vers 18h

→ 8 €/personne à régler à la billetterie du musée Picasso

Antibes © iStock

INFOS PRATIQUES

Places limitées, 1 visite maximum par personne.

Niveau facile | Niveau moyen | Niveau difficile

Maison de l'Intelligence Artificielle

**Qu'est-ce-que l'intelligence artificielle ?
Quelle est son histoire ? Où trouve-t-on des applications dans notre vie quotidienne ? Autant de réponses à découvrir lors de la visite de la Maison de l'Intelligence Artificielle.**

AU PROGRAMME

Visite commentée de l'exposition et participation à quelques ateliers ludiques.

DATES SORTIES

Mercredi 20 septembre
Mercredi 25 octobre

Mercredi 8 novembre
Mercredi 22 novembre

INFOS PRATIQUES

Maison de l'Intelligence Artificielle,
1361 route des Lucioles, Biot,

RDV à 13h30 à la Maison des Alpes-Maritimes de Nice, 6 avenue Max Gallo
Retour sur Nice vers 17h15
Atelier gratuit d'1h30

Seniors en action ! ÉVÈNEMENTS

À votre agenda

JOURNÉE DÉPARTEMENTALE DES SENIORS

Rendez-vous le 22 septembre au Palais Nikaïa de Nice pour assister à la 9e édition de la journée départementale des seniors.

Plus d'informations à venir sur le site du département.

ÉLECTION DE SUPER MAMIE FRANCE 2023

Rendez-vous fin novembre pour l'élection de Super Mamie.

Un évènement incontournable de notre programme Seniors en Action !

FESTIVAL DE THÉÂTRE

Rendez-vous du 20 au 24 novembre pour vivre une semaine théâtrale.

Programmation en cours.

SUIVEZ TOUTE L'ACTU DÉDIÉE AUX SENIORS EN REJOIGNANT LE GROUPE FACEBOOK « SENIORS 06 »

Flashez ici avec l'application photo de votre téléphone

Seniors en action ! VOYAGES

C'EST REPARTI !

Voyages seniors 2023

Pour vos envies de découvertes, de nouvelles destinations en autocar grand tourisme au départ de Nice !

Inscriptions à partir du mardi 25 juillet 2023

AU PROGRAMME

DECOUVERTE DU PAYS CATALAN
Du 30 septembre au 7 octobre et du 14 au 21 octobre
(Port Barcarès, Collioure, Perpignan, ...) et une journée en Espagne (Costa Brava)
→ 675 €

PATRIMOINE ET GASTRONOMIE DANS LE GERS
Du 23 au 30 septembre, du 14 au 21 octobre et du 4 au 11 novembre
(Marché aux Gras de Samatan, visite d'une ferme d'élevage de canards, journées à Albi et Toulouse, ...)
→ 688€

Retrouvez les programmes détaillés des séjours sur **www.departement06.fr** et dans les Maisons départementales des seniors, Maison des Alpes-Maritimes de Nice et Maisons du Département

INFOS PRATIQUES

Séjours organisés en partenariat avec l'Agence Nationale pour les Chèques-Vacances (ANCV) dans le cadre du dispositif « Seniors en Vacances ».
Possibilité d'inscription pour un seul voyage par personne.
Conditions de participation : être âgé de 60 ans minimum à la date du départ, être retraité et résider dans les Alpes-Maritimes.
Une aide financière de 194 € sur le prix du séjour peut être accordée par l'ANCV sous conditions.
Renseignements dans les Maisons départementales des seniors, Maison des Alpes-Maritimes de Nice et Maisons du Département.

Collioure

Albi

© iStock

DÉPARTEMENT DES ALPES-MARITIMES 06

PERSONNES ÂGÉES ET/OU EN SITUATION DE HANDICAP

Vous souhaitez trouver les réponses adaptées à vos besoins et mettre en place votre plan d'aide personnalisé ?

CONTACTEZ

LA MAISON DE L'AUTONOMIE

Un guichet unique et un numéro gratuit

0 805 56 60 06 Service & appel gratuits

De 8h à 20h, du lundi au samedi.

mda06.fr

#AlpesMaritimes DEPARTEMENT06

UNE ACTION RÉALISÉE POUR VOUS AVANT TOUT ! PAR LE DÉPARTEMENT DES ALPES-MARITIMES