



DÉPARTEMENT
DES ALPES-MARITIMES

06

Seniors en action !

PROGRAMME

2nd SEMESTRE 2024
Septembre - Décembre

www.departement06.fr

 #AlpesMaritimes

  DEPARTEMENT06

VOUS
AVANT
TOUT!

MAISON DÉPARTEMENTALE DES SENIORS



AVANT TOUIT
VOUS
ENTRÉE ENTRÉE



Je suis fier de cette politique volontariste que le Département mène depuis des années en faveur de nos aînés. Ils le méritent tant !



Qu'il fait bon vieillir dans les Alpes-Maritimes !

Collectivité solidaire et humaine, le Département s'investit au quotidien pour garantir le bien-être de ses aînés. Parce que personne ne doit être laissé sur le bord du chemin, parce que grand âge ne devrait jamais rimer avec isolement ou exclusion, nous nous engageons à faire de leurs vieux jours une expérience stimulante et enrichissante pour tous les Maralpins.

Depuis 2012, le programme « Seniors en action ! » est l'emblème de cette volonté forte. Activités culturelles, sportives ou loisirs... toute l'année, nos 33 000 inscrits sont gâtés ! Depuis janvier, pas moins de 45 000 places leur ont été distribuées, sur le littoral mais aussi dans le moyen et haut-pays – car nous n'oublions jamais nos territoires ruraux.

Au cours de ce second semestre, les seniors des Alpes-Maritimes auront la chance de pouvoir profiter de journées découvertes à Martigues, aux Arcs-sur-Argens ou à Tarascon, de s'évader au cœur des Pyrénées, de faire une mini croisière sur le Canal du Midi, ou encore de visiter les sites emblématiques de Lourdes.

Donner de la vie – et de la vitalité – aux années, et resserrer le lien social avec nos seniors : c'est toute l'ambition du Conseil départemental, soucieux de prendre soin des plus âgés. Avec bienveillance et écoute, nous les accompagnons, partout sur le territoire.



Je suis fier de cette politique volontariste que le Département mène depuis des années en faveur de nos aînés. Ils le méritent tant !

Charles Ange GINÉSY
Président du Département
des Alpes-Maritimes

LOISIRS

**Le Département
organise des événements pour**

VOUS
**AVANT
TOUT!**
divertir.



**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.

*Seniors en action,
c'est plus de 74 000 places d'activités par an !*



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 33 000 personnes participent aux actions proposées : bals, cinéma, chorale, théâtre, randonnées, excursions, journées détente aux thermes de Berthemont-les-Bains, voyages, concours...

Les seniors maralpins ont également la possibilité d'assister à de nombreux concerts et spectacles gratuits.



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

Vous avez été nombreux à participer aux événements organisés par le Département au 1^{er} semestre 2024 !



Festival
Printemps des seniors...



... avec 26 concerts
dans 16 communes



Finale du concours
"Danse avec les seniors"



Visite du cœur
du village d'Aups



Découverte
de la principauté de Monaco



Visite de l'exposition
« Hergé & l'Art »

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

« SENIORS 06 »

Flashez ici avec l'application photo de votre téléphone



Sommaire

| | |
|---|------|
| <i>Informations et mesures sanitaires</i> | p.8 |
| <i>Lieux de prise en charge</i> | p.10 |
| <i>Après-midis dansants</i> | p.12 |
| <i>Danse avec les seniors</i> | p.13 |
| <i>Chorale seniors</i> | p.14 |
| <i>Cinéma & théâtre</i> | p.16 |
| <i>Balade & détente</i> | p.18 |
| <i>Instants culturels</i> | p.21 |
| <i>Découverte du patrimoine</i> | p.28 |
| <i>Visites guidées cœur de ville</i> | p.32 |
| <i>Maison de l'Intelligence Artificielle</i> | p.36 |
| <i>Voyages seniors</i> | p.38 |

Informations



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 **11 juillet 2024** auprès des Maisons départementales des seniors, Maison des Alpes-Maritimes de Nice et Maisons du Département.



RÈGLEMENT DES ACTIVITÉS SUR RENDEZ-VOUS 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.



MESURES SANITAIRES

Conditions d'accès selon la réglementation sanitaire en vigueur.

Les Maisons du Département et des Seniors à votre service

Maison des Alpes-Maritimes Nice

6 avenue Max Gallo - 06000 NICE

Tél : 04 89 04 32 95

Maison départementale des Seniors Nice-nord

144 boulevard de Cessole - 06100 NICE

Tél : 04 89 04 51 25

Maison départementale des Seniors Nice-est

50 boulevard Saint-Roch - 06300 NICE

Tél : 04 89 04 53 00

Maison départementale des Seniors Nice-ouest

173 - 175 rue de France - 06000 NICE

Tél : 04 89 04 38 23

Maison du Département Saint-Martin-Vésubie

52 boulevard Lazare Raiberti

06450 Saint-Martin-Vésubie

Tél : 04 89 04 54 10

Maison du Département Roquebillière

30 avenue Corniglion Molinier

06450 Roquebillière

Tél : 04 89 04 53 90

Maison du Département Saint-Vallier-de-Thiery

101 allée Charles Bonome

06460 Saint-Vallier-de-Thiery

Tél : 04 89 04 30 75

Maison du Département Menton

4 rue Victor Hugo - 06500 Menton

Tél : 04 89 04 30 10

Maison du Département

Saint-André-de-la-Roche

2 rue du Ghet - Res. Laupia

06730 Saint-André-de-la-Roche

Tél : 04 89 04 30 80

Maison du Département Vence

Place Clémenceau / Passage Cahours

06140 Vence

Tél : 04 89 04 58 60

Maison du Département Grasse

12 boulevard Carnot - 06130 Grasse

Tél : 04 89 04 52 20

Maison du Département

Saint-Sauveur-sur-Tinée

Place de la Mairie

06420 Saint-Sauveur-sur-Tinée

Tél : 04 89 04 36 10

Maison du Département

Saint-Etienne-de-Tinée

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

368 route de la Porte des Alpes

06670 Plan-du-Var

Tél : 04 89 04 35 00



Lieux de prise en charge

Pour faciliter votre prise en charge lors des activités avec transport, le bus dessert deux arrêts à Nice :

NICE CENTRE

Maison des Alpes-Maritimes
6 avenue Max Gallo.



1^{er} arrêt Nice centre



NICE OUEST

Centre administratif départemental
147 Bd du Mercantour.
Rendez-vous à 20 mètres à gauche de l'entrée du CADAM.

Accès : terminus de la L.2 du tram.
Deux parkings payants à proximité :
Parc Auto Cadam, Ligne d'azur parc des sports Charles Ehrmann



2^e arrêt Nice ouest



INFOS PRATIQUES

Lors de votre inscription à une sortie avec transport, merci de préciser votre choix du lieu de prise en charge :

NICE CENTRE ou **NICE OUEST**





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
La salle ne sera plus accessible
après 15h



Bal au Palais des Rois Sardes



DANSE AVEC LES SENIORS

10^E 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 le mardi 3 septembre à la salle Laure Ecard à Nice.

Un accompagnement artistique sera dispensé aux candidats sélectionnés les mardis matin à compter du 10 septembre à la salle Laure Ecard.

La finale sera organisée au premier trimestre 2025 au palais Nikaïa à Nice



Finale
de la 9^e édition 2024



Nos vainqueurs
de l'édition 2024



Représentation de l'École
Danse Passion de Nice

INFOS PRATIQUES

INSCRIPTIONS des couples candidats à la journée 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 11 septembre 2024 tous les mercredis matin à l'espace Laure Écard :

- Pratique du chant Niveau fondamental de 8h15 à 10h15
- Pratique du chant Niveau avancé de 10h30 à 12h30
- Pratique du chant Niveau intermédiaire de 13h00 à 15h00

Une audition pour la sélection de nouveaux chanteurs amateurs aura lieu **le mercredi 04 septembre** matin à l'espace Laure Écard.

INSCRIPTIONS À L'AUDITION

Uniquement par téléphone (coordonnées page 9)

INFOS PRATIQUES

Espace Laure Écard
50 Boulevard Saint-Roch,
06300 NICE







Cinéma

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

AU PROGRAMME

Situé place Garibaldi à Nice, le cinéma Jean-Paul Belmondo propose 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
La salle ne sera plus accessible
après 14h

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





Un rendez-vous culturel incontournable.

AU PROGRAMME

- **Lundi 30 septembre : « Fromage de chèvre et sauce thaï »**

Barjaque Comédie Production

Partez pour un voyage hilarant en compagnie de Gigi et Jeannot, qui voient leur séjour en vacances chamboulé par une série de péripéties inattendues.

- **Lundi 14 octobre : « Localement agité »** Russa Lux

Un enterrement, une fratrie, la mémoire d'un père : ce sont les trois ingrédients de cette comédie sur les non-dits et les mésententes familiales où chacun des personnages doit se reconstruire. Rire et émotions garantis.

- **Lundi 28 octobre : « Blabla drive »** NDH Production

Pendant une grève de la SNCF, une ancienne religieuse, une bretonne au caractère bien trempé et une ex-star de télé-réalité covoiturent. L'ambiance devient vite électrique. Péripéties, galères, révélations explosives... Elles ne sont pas arrivées à destination !

- **Lundi 4 novembre : « Un grand cri d'amour »** Théâtre du Cours

Après leur séparation houleuse, deux comédiens se voient forcés de jouer ensemble dans la même pièce de théâtre. Un rythme fou, des dialogues cinglants, pour la comédie à succès écrite par Josiane Balasko.

- **Lundi 16 décembre : « Et le bordel fut »** Untel Production

Une comédie urbaine et délicieusement surréaliste, avec des nerfs qui lâchent et des fils qui se touchent !

INSCRIPTIONS

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

INFOS PRATIQUES

Espace Laure Écard, 50 boulevard Saint-Roch, Nice

Séances à 14h ou 16h15

Accueil 30 minutes avant le début de la représentation.

La salle ne sera plus accessible après 14h et 16h15.

Une représentation par mois sera accordée par personne.

TARIF :
GRATUIT



Balade nature

◆ Parc départemental de la Grande Corniche

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 la Drète et après-midi détente (jeux de société, pétanque).

DATES SORTIES

(Sous réserve des conditions météorologiques)

Mardi 10 septembre 2024

Mardi 1^{er} octobre 2024

Mardi 8 octobre 2024

Mardi 22 octobre 2024

Mardi 29 octobre 2024



INFOS PRATIQUES



RDV bus (1^{er} arrêt)
7h45 - NICE CENTRE

Retour
NICE CENTRE vers 17h45



RDV bus (2^e arrêt)
8h15 - NICE OUEST

Retour
NICE OUEST vers 17h15

TARIF :
16 €

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 9 septembre
Lundi 16 septembre
Lundi 23 septembre

Lundi 30 septembre
Lundi 7 octobre
Lundi 14 octobre

INFOS PRATIQUES

 **RDV bus (1^{er} arrêt)**
10h15 - NICE CENTRE

Retour
NICE CENTRE vers 18h30

 **RDV bus (2^e arrêt)**
10h45 - NICE OUEST

Retour
NICE OUEST vers 18h00

TARIF :
54 €

Une sortie maximum sera accordée par personne



AU PROGRAMME

◆ *Exposition temporaire :* *« La plénitude du vide - Art du bambou au Japon »*

Ces dernières années, à travers de grandes expositions internationales, le public découvre ou redécouvre un art encore méconnu : la vannerie japonaise de bambou. On trouve les tout premiers objets en lamelles de bambou durant la période Jōmon (14 000-400 av. J.-C.). Une fascination naît pour ces objets et ustensiles d'abord chinois, que l'on collectionne et dont on observe les formes et les techniques pour les copier, les sublimer et les dépasser.

Mercredi 23 octobre
Jeudi 7 novembre
Mercredi 13 novembre

Mercredi 27 novembre
Jeudi 5 décembre
Jeudi 19 décembre

INFOS PRATIQUES



Rendez-vous 14h15

Musée départemental des arts asiatiques,
405 promenade des Anglais, Arénas, Nice

TARIF :
Gratuit



Visite guidée d'une heure

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

Art martial chinois, le Tai 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.

Tai Chi Chuan

Jeudi 3 octobre
Jeudi 31 octobre
Jeudi 28 novembre

Qi Gong

Jeudi 17 octobre
Jeudi 14 novembre
Jeudi 12 décembre

INFOS PRATIQUES



Rendez-vous 10h15

Musée départemental des arts asiatiques,
405 promenade des Anglais, Arénas, Nice

TARIF :
Gratuit



Séance d'une heure

Espace culturel départemental Lympia

AU PROGRAMME

◆ Exposition « *Au-delà du réel* »

Dans cette exposition, la puissance visuelle du photographe Gérard Rancinan se mêle au pouvoir narratif de l'auteure Caroline Gaudriault. À travers ses œuvres, Rancinan invite à réfléchir sur les défis et les contradictions de notre époque, explorant des thèmes allant de la politique à la technologie, en passant par la culture de la célébrité et les inégalités sociales. Chaque tableau est une fenêtre ouverte sur un monde complexe souvent teinté de satire et d'ironie. Ses photographies associées aux installations de Caroline Gaudriault offrent une expérience poétique unique où la beauté nourrit notre esprit et éclaire notre vision du monde.

Vendredi 6 septembre
Vendredi 13 septembre
Vendredi 20 septembre

Vendredi 4 octobre
Vendredi 11 octobre

INFOS PRATIQUES

 **Rendez-vous 10h45**
Espace culturel départemental Lympia,
2 quai Entrecastaux, Nice

 **Visite guidée d'une heure**

TARIF :
GRATUIT





DÉPARTEMENT
DES ALPES-MARITIMES | 06

RANCIANAN

Au-delà du réel

CAROLINE GAUDRIAULT

© Adagop, Paris, 2024 / Gérard Rancinan

20.07 > 13.10.2024
ESPACE CULTUREL LYMPIA - PORT DE NICE

UMAM
UNION MÉDITERRANÉENNE POUR L'ART
FOODLINE FONDÉE EN 1985 SOUS LE PATRONAGE
DE HENRI MATISSE ET PIERRE BONNAUD

LYMPIA
ESPACE CULTUREL DÉPARTEMENTAL
2 quai entrecasteaux - 06300 Nice
du mercredi au dimanche : 10h-17h et 10h-19h (juillet-août)

Entrée libre
Renseignements sur :
espacelympia.departement06.fr

X @AlpesMaritimes @departement06
f @Département des Alpes-Maritimes
Groupe @Culture06

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

Micro-Folie départementale

Venez vivre une expérience inédite à la Micro-Folie départementale, espace culturel numérique où vous pourrez : [re]découvrir les chefs d'œuvre des plus grandes institutions nationales (musée du Louvre, centre Pompidou...) en haute définition au musée numérique, participer à des conférences sur l'histoire de l'Art, visiter Notre-Dame de Paris ou faire un « tête à tête avec la Joconde » grâce à la réalité virtuelle.

AU PROGRAMME

- **Vendredi 13 septembre**

Conférence

Musique et bien-être proposée par Alain RATTIER, musicothérapeute, chef d'orchestre et Président de l'association pour la musicothérapie. Qui n'a pas déjà ressenti un frisson, son cœur qui s'emballe, un sentiment de bien-être ou même un profond désarroi en écoutant un air de musique ? Comment et pourquoi la musique guide les émotions.

- **Vendredi 27 septembre**

Collection Centre-Val-de-Loire

Découvrez 250 chefs-d'œuvre entre trésors patrimoniaux (châteaux et domaines classés au Patrimoine mondial de l'Unesco, enluminures...) et créations contemporaines.

- **Vendredi 18 octobre**

Conférence

Frida Kahlo, à la croisée des chemins. Suivez le parcours de cette artiste atypique à travers une découverte thématique de son œuvre : nature, genre, politique et bien d'autres enjeux !

- **Vendredi 25 octobre**

Collection Auvergne-Rhône-Alpes

31 institutions vous présentent un savoir-faire régional ancré autour du textile, des arts populaires et techniques.

- **Vendredi 8 novembre**

Conférence : Arts et Première Guerre mondiale

Cette conférence s'attache à décrypter les dynamiques artistiques mises en place lors de la Première Guerre mondiale : propagande, création, critique politique...

- **Vendredi 29 novembre**

Collection Île-de-France

Paysages, châteaux, luttes politiques... les œuvres de cette collection vous invitent à explorer des thématiques historiques de l'Île-de-France.

- **Vendredi 6 décembre**

Conférence : Arts et Seconde Guerre mondiale

Explorez les rapports entre les arts et la guerre avec cette plongée dans des œuvres représentant l'avant, le pendant et l'après Seconde Guerre mondiale.

- **Vendredi 20 décembre**

Collection Sports

Immersion dans l'univers des sportifs à travers des équipements et des œuvres d'art du Musée national du Sport situé à Nice, de la Bibliothèque nationale de France, du musée de la Poste et bien d'autres.

INFOS PRATIQUES



Rendez-vous 10h30

Micro-Folie départementale,
26 rue Saint-François de Paule,
Nice



Durée : 2 heures

TARIF :
GRATUIT



Grotte préhistorique du Lazaret

Venez découvrir ce site préhistorique à la croisée des chemins de l'évolution humaine.

AU PROGRAMME

Vivez le quotidien des hommes préhistoriques grâce à un parcours immersif sur une passerelle retraçant les plus grands secrets de la grotte depuis son histoire géologique jusqu'aux fouilles les plus contemporaines.

Mercredi 4 septembre
Mercredi 2 octobre

Mercredi 6 novembre
Mercredi 4 décembre



INFOS PRATIQUES



Rendez-vous 9h45

Entrée de la grotte du Lazaret,
33 bis boulevard Franck Pilatte, Nice



Visite guidée d'une heure

TARIF :
Gratuit





Découverte du patrimoine

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

| | | | | |
|---------------|--------------|------------------|----------------------------|--|
| | | | | Une sortie maximum par personne |
| Facile | Moyen | Difficile | Beaucoup de marches | |

AU PROGRAMME

◆ *Martigues*

Visite guidée du centre historique. Poursuivez votre découverte de la Venise provençale avec une balade en bateau sur les canaux.

Mercredi 11 septembre et mardi 17 septembre



RDV bus (1^{er} arrêt)
7H00 - NICE CENTRE

Retour
NICE CENTRE vers 19H15

TARIF :
43 €



RDV bus (2^e arrêt)
7H30 - NICE OUEST

Retour
NICE OUEST vers 18H45



◆ *Les Arcs-sur-Argens et Domaine Sainte Roseline*

Découvrez le cœur historique de la vieille ville des Arcs-sur-Argens et son patrimoine médiéval. Poursuivez avec la visite guidée de la chapelle Sainte Roseline située au cœur du domaine viticole du château Sainte Roseline.

Mardi 1^{er} octobre et jeudi 10 octobre



RDV bus (1^{er} arrêt)
8H15 - NICE CENTRE

Retour
NICE CENTRE vers 18H15

TARIF :
45 €



RDV bus (2^e arrêt)
8H45 - NICE OUEST

Retour
NICE OUEST vers 17H45



◆ *Les gorges du Verdon et le village de Moustiers-Sainte-Marie*

Découverte panoramique du Verdon par la sublime corniche suivie de la visite du village de Moustiers-Sainte-Marie, cité de la Faïence.

Mercredi 2 octobre



Les gorges du Verdon ©iStock

1 RDV bus (1^{er} arrêt)
6H45 - NICE CENTRE

Retour
NICE CENTRE vers 19H00

TARIF :
28 €

2 RDV bus (2^e arrêt)
7H15 - NICE OUEST

Retour
NICE OUEST vers 18H30



◆ *Découverte de Tarascon*

Venez découvrir les joyaux de la ville historique de Tarascon situé aux pieds des Alpilles et poursuivez votre escapade avec la visite guidée du Château de Tarascon dont la terrasse offre une vue imprenable sur les Alpilles.

Mercredi 16 octobre et mardi 12 novembre

1 RDV bus (1^{er} arrêt)
7h15 - NICE CENTRE

Retour
NICE CENTRE vers 19H00

TARIF :
35 €

2 RDV bus (2^e arrêt)
7h45 - NICE OUEST

Retour
NICE OUEST vers 18H30



◆ *Visite des Baux-de-Provence et des Carrières de Lumières*

Visite guidée d'un des plus beaux villages de France puis découverte de l'exposition numérique immersive « L'Égypte des pharaons » aux Carrières de Lumières.

Mardi 22 octobre, lundi 4 novembre et mercredi 6 novembre



Village des Baux-de-Provence ©iStock

1 RDV bus (1^{er} arrêt)
7h00 - NICE CENTRE

Retour
NICE CENTRE vers 19h30

TARIF :
47,50 €

2 RDV bus (2^e arrêt)
7H30 - NICE OUEST

Retour
NICE OUEST vers 19h00



◆ *La grotte Cosquer et le Musée du Savon à Marseille*

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.

Vendredi 22 novembre et vendredi 29 novembre

INFOS PRATIQUES

1 RDV bus (1^{er} arrêt)
6H45 - NICE CENTRE

Retour
NICE CENTRE vers 19h30

TARIF :
53 €

2 RDV bus (2^e arrêt)
7H15 - NICE OUEST

Retour
NICE OUEST vers 19h00



◆ *Aubagne : Le village des santons au pays de Pagnol*

Immersion dans l'univers de Pagnol avec 200 santons retraçant les moments clés de ses œuvres, suivi de la présentation de sa maison natale. Visite commentée d'un atelier pour découvrir les secrets de fabrication des santons.

Mardi 3 décembre et mardi 10 décembre



©L.C.

1 RDV bus (1^{er} arrêt)
7h00 - NICE CENTRE

Retour
NICE CENTRE vers 18H45

TARIF :
37,90 €

2 RDV bus (2^e arrêt)
7H30 - NICE OUEST

Retour
NICE OUEST vers 18H15



◆ *Le musée du Calisson et déjeuner spectacle Music-hall à Venelles*

Après la visite du musée du Calisson découvrez la magie du spectacle en plein jour. Plumes, strass, paillettes, variété et rires garantis.

Jeudi 12 décembre, mardi 17 décembre et jeudi 19 décembre

1 RDV bus (1^{er} arrêt)
7h00 - NICE CENTRE

Retour
NICE CENTRE vers 19H45

TARIF :
37 €

2 RDV bus (2^e arrêt)
7h30 - NICE OUEST

Retour
NICE OUEST vers 19h15



Visites guidées cœurs de ville

| | | | | |
|---|---|---|---|--|
|  |  |  |  | Une sortie maximum par personne |
| Facile | Moyen | Difficile | Beaucoup de marches | |

AU PROGRAMME

◆ *Monaco : découverte de la principauté*

Du rocher en passant par le musée océanographique et autres lieux emblématiques, découvrez un point de vue central de la Principauté.

Mercredi 4 septembre

INFOS PRATIQUES



RDV 13h30

Place d'armes, Monaco
(À côté du kiosque à journaux)



Fin de la visite vers 16h15, place du Palais

TARIF :
GRATUIT



◆ *Villefranche-Sur-Mer : sur les pas de Cocteau*

Nous vous invitons tout au long d'une promenade inspirée des rêves du poète Cocteau à découvrir la Darse, le fort Saint-Elme, la vieille ville et la chapelle Cocteau.

Vendredi 13 septembre

INFOS PRATIQUES



RDV 13h45

devant la gare maritime, 9 place Wilson
Villefranche-sur-Mer



Fin de la visite vers 17h15

TARIF :
4 €

à régler à la
billetterie de la
chapelle Cocteau



◆ *Nice : la colline du Château*

Redécouverte de l'histoire de Nice à travers le site du Château et son histoire.

Jeudi 19 septembre



INFOS PRATIQUES



RDV 8h45
Place Rossetti (à côté de la fontaine)



Fin de visite vers 11h30 au niveau de l'ascenseur
de la Tour Bellanda

TARIF :
GRATUIT



◆ *Le Cannet : sur les pas de Bonnard*

Déambulation dans le vieux Cannet suivie de la visite guidée du musée Bonnard où vous découvrirez l'exposition temporaire « Bonnard et la poésie d'un objet ordinaire ».

Mercredi 9 octobre et jeudi 24 octobre

INFOS PRATIQUES



RDV bus (1^{er} arrêt)
13h - NICE CENTRE

Retour
NICE CENTRE vers 17h55



RDV bus (2^e arrêt)
13H30 - NICE OUEST

Retour
NICE OUEST vers 17h25

TARIF :

5 €

à payer à la
billetterie du musée



◆ *Nice Nord : un patrimoine le long de la ligne du tramway*

Visite pédestre de ce quartier à travers son histoire, son architecture, et les œuvres d'art qui ponctuent la ligne 1 du tramway.

Il est impératif pour cette visite de disposer d'un titre de transport Lignes d'Azur pour rejoindre la station Henri Sappia où se déroulera la 2^e partie de la visite.

Jeudi 7 novembre et vendredi 15 novembre



INFOS PRATIQUES

Rendez-vous 13h45
Place de la Libération
(à côté de la statue du Général de Gaulle)



Fin de la visite vers 16h30
au terminus du tram station Henri Sappia

TARIF :

Gratuit



◆ *Haut-de-Cagnes : découverte du village médiéval et du château-musée Grimaldi*

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.

Jeudi 21 novembre



INFOS PRATIQUES



RDV bus (1^{er} arrêt)
13h15 - NICE CENTRE

Retour
NICE CENTRE vers 17h30



RDV bus (2^e arrêt)
13h45 - NICE OUEST

Retour
NICE OUEST vers 17h00

TARIF :

2 €

à régler à la
billetterie du
Château Grimaldi



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 du site et participation à quelques ateliers ludiques.

Mercredis 13 novembre et 20 novembre

INFOS PRATIQUES



RDV bus (1^{er} arrêt)
13h15 - NICE CENTRE

Retour
NICE CENTRE vers 17h30

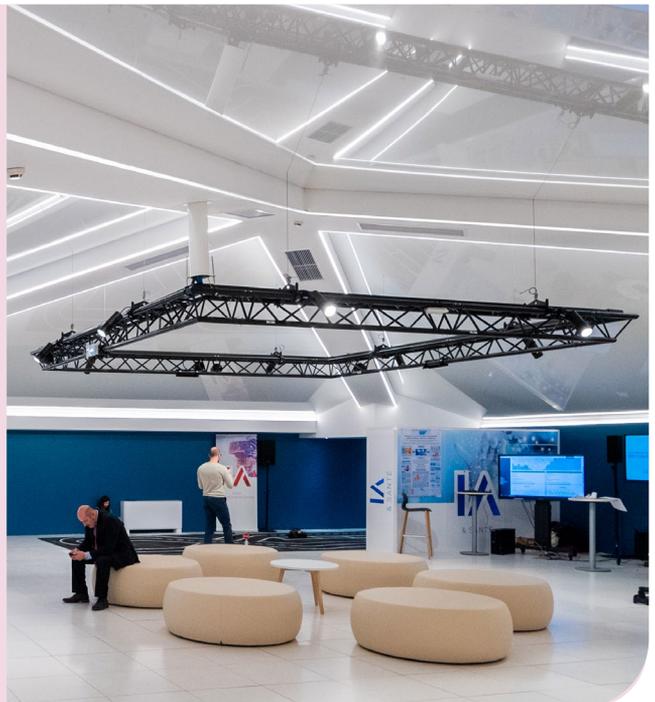


RDV bus (2^e arrêt)
13h45 - NICE OUEST

Retour
NICE OUEST vers 17h00

TARIF : GRATUIT

MIA,
1361, route des Lucioles, Biot



DÉCOUVRIR

EXPÉRIM





Voyages seniors 2024

Pour vos envies de découvertes, une nouvelle destination en autocar grand tourisme au départ de Nice !

◆ *Évasion au cœur des Pyrénées*

- du samedi 7 septembre au samedi 14 septembre
- du dimanche 22 septembre au dimanche 29 septembre
- du dimanche 29 septembre au dimanche 6 octobre

AU PROGRAMME

- Après-midi détente à l'espace ludique des Thermes de Luchon
- Pau et son château, dédié au roi Henri IV
- Toulouse et une mini croisière sur le Canal du Midi
- Lourdes et ses sites emblématiques
- Le Val D'Aran et le village frontalier de Bossost en Espagne
- Le Pic du midi
- La Vallée du Lys
- Le plateau de Superbagnères

Retrouvez le programme détaillé du séjour 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 ».

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 202 € 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.



Départ bus (1^{er} arrêt)
NICE CENTRE



Départ bus (2^e arrêt)
NICE OUEST

TARIF : **830 €**



Château de Pau



Canal du Midi



**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.

