



CENTRE COMMUNAL D'ACTION SOCIALE
VILLE DE CAGNES-SUR-MER



PROGRAMME ANIMATION SENIORS



Mai / Juin 2026

**INSCRIPTIONS
À PARTIR DU**

**MERCREDI 15 AVRIL 2026
de 9h00 à 12h00**

Uniquement par téléphone au :

04 92 02 47 54

Lundi 8 juin

Animation musicale avec Francisco

20 €

LE *Marathon*
DE LA DANSE

**Venez danser toute la journée,
de 10h00 à 18h00 !**

Casino Terrazur (Parking gratuit)

Suite page 3

**Prochain programme
Septembre/Octobre**

Parution

Mercredi 26 août 2026

Inscriptions à partir du

Mercredi 2 septembre 2026
à 9h00

Uniquement par téléphone

Vendredi 24 avril 2026

13 €

SOIRÉE DANSANTE
de la Fraternelle

à partir de 19h

Résidence autonomie
La Fraternelle
34 avenue Auguste Renoir

Inscription sur place
à "La Fraternelle" à partir du 8 avril

Informations par téléphone
 au 04 93 73 48 17

Mardi 12 mai 2026
Journée à Hyères les Pins

66,50 €



visite guidée "L'histoire du sel" du
Salins des Pesquiers, situé au cœur du
double tombolo de la Presqu'île de
Giens

Suite page 2

INSCRIPTIONS 2026/2027
Activités physiques et manuelles

Toutes les informations sur les listes
des activités physiques et manuelles,
date et modalités d'inscriptions...

Suite page 5

Le CCAS à votre service

Bâtiment Agora,
37 avenue de la Gare,
06800 Cagnes-sur-Mer

04 92 02 47 47

**Le service ANIMATION est ouvert
du lundi au vendredi
de 8h30 à 12h00**

04 92 02 47 54

animation@ccas-cagnes.fr

Consultez notre programme
en ligne : **ccas-cagnes.fr**

Et suivez-nous sur les réseaux
sociaux @ccascagnessurmer



**Lundi 1er juin - Spectacle de la Troupe
"Âge d'Or"**

GRATUIT

ÉTÉ, VACANCES, VOYAGES... ON OUBLIE TOUT

Casino Terrazur à 14h00 (Autocar sur réservation et Parking gratuit)

Suite page 3

Fermeture du CCAS :

1er, 8, 14, 15 et 25 mai 2026
du 11 juillet au 31 août inclus 2026



Le programme animation seniors

Edition : Centre Communal d'Action Sociale

Directrice de publication : Josiane PIRET

Conception : Service animation senior

Crédit photos : Ville de Cagnes-sur-Mer

CCAS de Cagnes-sur-Mer - Florence ULMER

Sabine RAIMBAULT - Kenny ROGIER



dénivelé
sol irrégulier
beaucoup de marches

Niveau 1

Niveau 2

Niveau 3



Sorties journée



Inscription obligatoire
auprès du service animation

Mardi 12 mai 2026 - Journée à Hyères les Pins



66,50 €



Au programme :

Matin : visite guidée "L'histoire du sel" du Salins des Pesquiers, situé au cœur du double tombolo de la Presqu'île de Giens (double flèche sableuse reliant une ancienne île au continent). Cette formation géomorphologique littorale est quasiment unique au monde, ce qui confère à cet ensemble une spécificité et une typicité remarquable.

Midi : Déjeuner au restaurant vin et café compris

L'Après-midi : tour panoramique en autocar avec temps libre à Giens, cadre préservé et enchanteur. Son petit village, haut perché, suggère un art de vivre typiquement provençal. Sa presqu'île est façonnée de criques émeraude gagnables par les sentiers de randonnée. Ses paysages remarquables offrent une vue imprenable sur les îles, la rade de l'Almanarre et le grand large.

Retour à Cagnes-sur-Mer en fin d'après-midi

A NOTER : Récupération des bons d'engagement et annulation gratuite jusqu'au lundi 27 avril 2026

Mercredi 24 juin 2026 - Journée à Breil-Sur-Roya



55,50 €
tarif à confirmer

Au programme :

Matin : Visite guidée de Breil-Sur-Roya, village chargé d'histoire avec ses maisons aux porches voûtés. Le fleuve de la Roya partage en deux le territoire de la commune, conférant ainsi un charme particulier à ses ponts qui l'enjambent et ses quais bordés de platanes. Également connu comme le « Pays des Oliviers », c'est un village animé doté d'une activité artisanale importante, et de spécialités locales gourmandes. Bref, un mélange harmonieux à recommander à tous les amoureux de culture et tous les aficionados d'activités nature.

Midi : Déjeuner au restaurant vin et café compris

Après-midi : Visite guidée de l'Écomusée du haut pays et des transports. Exposition de vieilles mécaniques (locomotives SNCF historiques à vapeur et électrique, tramway, voitures anciennes...). Présentation de l'histoire de la ligne SNCF du Col de Tende "Train des Merveilles", avec notamment une grande maquette sur la ligne.

Retour à Cagnes-sur-Mer en fin d'après-midi



A NOTER : Récupération des bons d'engagement et annulation gratuite jusqu'au vendredi 5 juin 2026



Bal et Après-midis dansants à partir de 14h00

Animés par Francisco !
Boissons et pâtisserie incluses
Inscription obligatoire auprès du
service animation

Bal des Mais - Jeudi 07 mai

6 €

📍 Espace Centre, 4 avenue de Verdun

Bal Tahitien - Jeudi 21 mai

6 €

📍 Espace Centre, 4 avenue de Verdun

Bal de l'Été - Jeudi 25 juin

6 €

📍 Espace Centre, 4 avenue de Verdun

Réservation par téléphone obligatoire

Annulation possible jusqu'à la veille avant midi, ou le vendredi pour les bals du dimanche et du lundi. **A défaut, la prestation sera facturée.**

Hors commune
+ 3€

LE Marathon DE LA DANSE

LUNDI 8 JUN 2026

Venez danser toute la journée, de 10h00 à 18h00 !

20 €



Le Marathon de la Danse, un événement dédié à tous ceux qui aiment et veulent bouger toute la journée (avec des pauses prévues bien évidemment).

Ambiance musicale variée et animée par Francisco, Bal dansant à la journée, Partage, Rencontres et Convivialité.

Dancez sans compter, souriez toute la journée !

PETIT-DÉJEUNER, DÉJEUNER ET GOÛTER*

PETIT DÉJEUNER :

Viennoiseries, café et thé

DÉJEUNER* :

Assiette froide et dessert
boissons et café

GOÛTER :

Éclair au chocolat et boissons

**menu donné à titre indicatif, sous réserve de possible modification

*Le petit déjeuner sera à récupérer au bar en échange d'un ticket qui sera distribué à l'entrée.
Déjeuner et goûter, servi à table.

Hors commune
+ 5€

📍 Casino Terrazur, Polygone Riviera (Parking gratuit)

Lundi 1er Juin 2026 - Spectacle de la Troupe "Âge d'Or" au Casino Terrazur à 14h00

GRATUIT



ÉTÉ, VACANCES, VOYAGES... ON OUBLIE TOUT



Le train de la bonne humeur vous amène en voyage en musique à travers les époques et les paysages, avec des escales au pays de l'humour...



TRANSPORT EN AUTOCAR SUR RÉSERVATION

Inscription obligatoire auprès du
service animation

📞 04 92 02 47 54



Agora : 13 h 20
Station centrale des bus : 13 h 30

Mairie annexe du Val Fleuri : 13 h 00
Cagnes 2 (sécurité sociale) : 13 h 05
Les Tritons (boulangerie) : 13 h 10
Les Oliviers (sens Nice / Cagnes) : 13 h 15

Dimanche 14 juin 2026 - au Palais Nikaïa - Concert Génération CÉLINE, 4 voix pour une Légende

BUS
12 €

7^e édition du Printemps des seniors, organisée par le Département, sera clôturée par un grand concert gratuit à Nice le 14 juin 2026 à 15h au Palais NIKAIÀ.

“J’irai où tu iras”, “Prière païenne”, “Pour que tu m’aimes encore”...

Hommage aux plus grandes chansons de Céline Dion par les plus belles voix de la scène française.

Transport non pris en charge par le Conseil Départemental
Inscription obligatoire auprès du service animation du CCAS

☎ 04 92 02 47 54



Ateliers de prévention santé

Inscription obligatoire
auprès du service
animation

GRATUIT

Vendredi 22 mai 2026 - de 9h00 à 12h00
Les Parcours du Cœur

LES
PARCOURS
DU
Cœur

Fédération
Française de
Cardiologie



Dans le cadre des **Parcours du Cœur**, en partenariat avec la **Fédération Française de Cardiologie** et animé par l'association « **Sport et Santé** », le CCAS participe une fois de plus à la plus grande opération de prévention santé organisée en France. Nous vous proposons un parcours au **Parc des Rives du Loup**.

Ce parcours de marche active, agrémenté d'ateliers cardio-vasculaires, a pour objectif de vous sensibiliser aux bienfaits de la marche pour la prévention des risques cardiovasculaires et de vous redonner le goût de l'activité physique. Nous emprunterons le sentier du Parc Naturel Départemental des Rives du Loup, qui débute à l'entrée de l'hippodrome. Tout au long du parcours, des exercices encadrés seront proposés à l'aide des ateliers du parcours de santé de Villeneuve-Loubet.

Prévoyez des baskets, une casquette, de l'eau et une collation.

📍 **Parc des Rives du Loup**



Cinéma

Sur présentation de la carte CCAS à jour (2026)
Fermeture des portes à **14h15**,
merci d'arriver avant le début de la séance

GRATUIT

📍 **Cinéma Espace Centre - Avenue de Verdun**



SARAH BERNHARDT, LA DIVINE

Vendredi 15 mai

Drame, Romance - 2024

Paris, 1896. Sarah Bernhardt est au sommet de sa gloire. Icône de son époque et première star mondiale, la comédienne est aussi une amoureuse, libre et moderne, qui défie les conventions. Découvrez la femme derrière la légende.



C'ÉTAIT MIEUX DEMAIN

Vendredi 5 juin

Comédie - 2025

Dans une petite bourgade française, Hélène, Michel, et leurs deux enfants, coulent des jours heureux dans l'insouciance des années 1950. Soudainement propulsés en 2025, le couple découvre un monde moderne à l'opposé de celui qu'ils connaissent, ce voyage dans le temps ne sera pas de tout repos.

INSCRIPTIONS 2026/2027

Activités physiques et manuelles

Liste des activités physique et manuelle :

À La Fraternelle, 34 Avenue Auguste Renoir :

- Art floral : 2 fois par mois le **lundi** matin - payant
- Créativité : **lundi** ou **vendredi** de 14h00 à 17h00 - payant
- Reliure : **vendredi** de 14h00 à 17h00 - payant
- Dentelle aux fuseaux : **lundi** de 14h00 à 17h00 - gratuit

À l'Espace Municipal des Travaux, ZAC Costamagna

- Yoga : **lundi** ou/et **vendredi** à 08h00 ou 09h20 ou 10h40 - payant

À la salle Jean Bouin, Avenue de Nice, Cros de Cagnes

- Gymnastique : **mardi** à 9h45 ou 10h45 ou/et **jeudi** à 10h15 ou 11h15 - payant

À l'Espace Val Fleuri, Chemin du Val Fleuri

- Patchwork : **vendredi** de 14h00 à 17h00 - gratuit
- Répétition Troupe Age d'Or : **lundi** de 14h00 à 17h00 - gratuit

À la Villa du Béal, 7 cours du Béal

- Qi Gong : **mardi** à 9h30 ou 10h30 - payant

Au départ de la statue Cheval de l'Hippodrome

- Marche nordique : **lundi** à 10h00 - payant

MODALITÉS D'INSCRIPTION

1

à partir du lundi 15 juin

Réservation **uniquement** par téléphone auprès du service animation au : **04 92 02 47 54**

2

du lundi 29 juin au vendredi 10 juillet

Signature des bons d'engagement de paiement, du règlement intérieur, dépôt du certificat médical et attestation d'assurance responsabilité civile.

Au CCAS :
de 8h30 à 12h00

à la Fraternelle :
les mercredis de 14h à 16h

La Facturation des activités au service animation, comment ça marche ?

Comme indiqué dans le règlement intérieur de l'animation :

La facturation intervient généralement **le mois suivant la participation à l'activité** (sauf contre-indication sur la programmation).

Aucun règlement ne pourra être accepté, avant réception de votre facture. Elle peut être réglée selon **les modalités précisées par le service.**



Rappel

Pour plus de tranquillité, le CCAS vous propose le **prélèvement automatique**. Simple, sécurisé et efficace, demandez votre formulaire auprès du Service Animation pour le mettre en place rapidement.

- par **Virement Bancaire** sur le compte du CCAS : **FR76 1007 1060 0000 0020 0569 593 (BIC : TRPUFRP1)**
- par **Carte Bancaire en ligne** sur la page d'accueil de notre site internet : www.ccas-cagnes.fr (seront à saisir les informations communiqué sur la facture : code collectivité, référence et montant)
- en **Espèces** : **uniquement** à la régie centrale du CCAS aux jours suivants : **MARDI ou JEUDI de 14h00 à 16h30.**
- par **Chèque libellé** à l'ordre du **CCAS DE CAGNES SUR MER** par envoi postal ou à la régie centrale du CCAS aux jours et horaires indiqués ci dessus.



Attention : Seul un justificatif d'hospitalisation pourra faire foi de l'annulation ou du remboursement (en cas de prélèvement) d'une facture.

Le CCAS reste à votre écoute pour toute question relative aux tarifs ou aux modalités de règlement.

INSCRIPTIONS ET BON D'ENGAGEMENT

Pour toutes les animations et activités du programme, inscription obligatoire uniquement au service animation.

 **04 92 02 47 54**

La signature des bons d'engagement est **obligatoire** pour les sorties, à défaut, votre place ne sera pas conservée.

LIEUX ET HORAIRES :

CCAS Bâtiment AGORA : Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h00

La Fraternelle Résidence Autonomie : de 14h00 à 16h30 sauf le mardi

PLAN CANICULE 2026

Numéro spécial canicule :
04 92 02 47 48

Le CCAS est en veille **dès le 1er juin**

Vous êtes **isolé** et souhaitez être **accompagné en cas de forte chaleur.**

Vous connaissez une personne isolée et souhaitez la signaler ?



Remplissez la **fiche d'inscription** soit :

- au CCAS,
- sur Internet : <http://www.ccas-cagnes.fr/>
- par mail sur simple demande à l'adresse : animation@ccas-cagnes.fr

Informations service Animation Séniors : 04 92 02 47 54

Rendez-vous des Sages-lecteurs



GRATUIT

Mise à disposition gratuite de livres pour les adhérents CCAS, à la résidence autonomie "La Fraternelle" et au foyer restaurant "Au Bon Accueil".
De 9h30 à 11h00

**A "La Fraternelle",
34 av Auguste Renoir**

- jeudi 16 avril
- jeudi 28 mai
- jeudi 25 juin

**"Au Bon Accueil",
Place de la Marine**

- jeudi 9 avril
- jeudi 21 mai
- jeudi 18 juin

Halte Répét Alzheimer

Halte Répét Alzheimer, en partenariat avec France Alzheimer 06,
2 après-midi par mois à la résidence autonomie La Fraternelle.

Renseignements et inscriptions :

04 93 52 62 00

Adhésion CCAS

Pour adhérer gratuitement au service animation :

- Avoir au moins 55 ans ou être retraité ou être titulaire de la carte mobilité inclusion invalidité
- Habiter Cagnes-sur-Mer
- Fournir la photocopie de la carte nationale d'identité, 2 photos d'identité et 1 justificatif de domicile.

Le programme bimestriel est disponible dans les établissements municipaux, au CCAS, à la résidence autonomie "La Fraternelle" ainsi que sur le site du CCAS :

www.ccas-cagnes.fr

Vieillir, c'est devenir riche de tout ce que l'on a vécu
Les années ajoutent de la vie à vos souvenirs et de la sagesse à votre regard
Comme un vieux livre aux pages aimées, votre vie murmure des histoires infinies



PERMANENCES AU CCAS

Mme l'Adjointe au Maire

Déléguée au social,

reçoit sur rendez-vous

Contactez le secrétariat du CCAS
au **04 92 02 47 50**

Service Cohésion Sociale

Travailleurs sociaux

Uniquement sur rendez-vous auprès du
secrétariat du service Cohésion Sociale du
CCAS au **04 92 02 47 53**

**Point Femmes devient
l'espace "Olympe de Gouges"**

Labellisé Maison Régionale des Femmes
Réception au 77 avenue Cyrille Besset
06800 Cagnes-Sur-Mer
04 88 70 03 81

Accompagnement au numérique

Uniquement sur rendez-vous
au **04 92 02 47 47**

Mutuelle Communale JUST

Uniquement sur rendez-vous
au **0 809 546 000**

France Alzheimer

Ecoute et soutien aux personnes malades
et à leurs proches aidants

Uniquement sur rendez-vous auprès de France
Alzheimer au **04 93 52 62 00**

CAF

Uniquement sur rendez-vous auprès
de la CAF au **32 30**

Ecrivain Public

les mercredis matin

Aide gratuite à la rédaction de courriers

Uniquement sur rendez-vous au
04 92 02 47 47

CPAM

Uniquement sur rendez-vous
sur le site ameli.fr ou au **3646**

Accueil spécialisé

Anne-Lise COLSON

Uniquement sur rendez-vous au
04 92 02 47 47

Conciliateur de Justice

M. VERRECCHIA Laurent

Auxiliaire de justice bénévole, chargé de
trouver des solutions aux différents :
conflits de voisinage, recouvrement de
sommés d'argent...

Uniquement sur rendez-vous au **04 92 02 47 47**

Défenseur des droits

M. Pierre BERNARDY

Défenseur des droits, chargé de veiller au
respect des droits et des libertés des
personnes par les administrations et
services public

Uniquement sur rendez-vous auprès de
l'accueil du CCAS au **04 92 02 47 47**

Pro BTP/ Info Retraite

Mme ARNAUDIES Isabelle,

les mardis toute la journée

13 rue du Chevalier Martin

06800 Cagnes-sur-mer

Uniquement sur rendez-vous
au **06 68 41 54 81**