



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



PROGRAMME ANIMATION SENIORS

Janvier / Février **2026**

Toute l'équipe vous souhaite une
Bonne et heureuse nouvelle année !



INSCRIPTIONS À PARTIR DU

MERCREDI 10 DÉCEMBRE 2025
de 9h00 à 12h00

Uniquement par téléphone au :



04 92 02 47 54

Jeudi 15 janvier - Journée Lycée hôtelier

49,25 €

- Temps libre au cours Saleya
- Déjeuner à l'école hôtelière
- Jeanne et Paul Augier au restaurant "La Rotonde",
- Visite de la confiserie Florian

Suite page 2

Renouvellement de la carte d'adhérent



À compter du **lundi 12 janvier 2026**, renouvelez votre carte d'adhérent en la faisant **tamponner** ou **refaire** si la date au dos est dépassée.

Suite page 2

Prochain programme Mars / Avril 2026

Parution

Mercredi 14 janvier 2026

Inscriptions à partir du

Mercredi 21 janvier 2026
à 9h00

Uniquement par téléphone



Mercredi 1er et Jeudi 2 avril - Mini séjour culturel au cœur des Alpilles

276 €

Deux jours d'escapade en Provence avec au programme :
découverte du Monastère Saint-Paul de Mausole, visite guidée de Saint Rémy de Provence, visite d'une jumenterie et découverte guidée d'Eygalières.
Un séjour culturel et authentique au cœur des Alpilles.

Suite page 4

Vendredi 12 décembre Ciné-Débat

6 €

Cinéma Espace Centre à 14h30

Film : **"DOSSIER 137"**

Suite page 3

Jeudi 8 janvier - Marathon de la danse

20 €

Casino Terrazur à 10h00

Animation musicale avec **Francisco**
Petit-déjeuner, déjeuner et goûter

Suite page 3

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



Le programme animation seniors

Edition : Centre Communal d'Action Sociale
Directrice de publication : Noëlle PALAZZETTI
Conception : Service animation senior
Crédit photos : Ville de Cagnes-sur-Mer -
CCAS de Cagnes-sur-Mer - Florence ULMER
Sabine RAIMBAULT

INSCRIPTIONS ET BON D'ENGAGEMENT

Pour toutes les animations et activités du programme, inscription obligatoire
uniquement par téléphone et 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 :

(matin) CCAS Bâtiment AGORA : Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h00
(après-midi) La Fraternelle Résidence Seniors : de 14h00 à 17h00 sauf le mardi

Fermeture du service ANIMATION

Le service ANIMATION sera fermé :

DU JEUDI 25 DÉCEMBRE AU VENDREDI 2 JANVIER INCLUS

FERMÉ

Permanences renouvellement de carte adhérent Animation 2026

À compter du **lundi 12 janvier 2026**, des permanences auront lieu au **CCAS bâtiment Agora**, à **la Fraternelle** et **Au Bon Accueil**, afin de renouveler votre carte d'adhérent.



 **au "CCAS"
Bâtiment AGORA**
37 av. de la Gare

lundi 12 janvier 8h30-12h30
lundi 19 janvier 8h30-12h30
lundi 26 janvier 8h30-12h30

 **à la résidence Autonomie
"la Fraternelle"**
34 av. Auguste Renoir

mercredi 14 janvier 14h-16h30
mercredi 21 janvier 14h-16h30
mercredi 28 janvier 14h-16h30

 **Foyer-restaurant
"Au Bon Accueil"**
Place de la Marine

vendredi 16 janvier 14h-16h30
vendredi 23 janvier 14h-16h30
vendredi 30 janvier 14h-16h30



Sorties journée



Niveau 1

Niveau 2

Niveau 3

 **Inscription obligatoire auprès du service animation**

Jeudi 15 janvier - Visite de la Citadelle de Villefranche-sur-Mer et de la confiserie Florian à Nice - Déjeuner au Lycée hôtelier Jeanne et Paul Augier



49,25 €

Au programme :

Matin : Départ en direction de Villefranche-sur-Mer. Visite libre de "La Citadelle", monument historique depuis 1968, possédant des collections beaux-arts « Musée de France » allant du XVI^{ème} siècle au XXI^{ème} siècle .

Départ en fin de matinée pour l'**école hôtelière Jeanne et Paul AUGIER**.

Midi : Déjeuner dans le restaurant d'application panoramique "**La Rotonde**". Apéritif, entrée, plat et dessert ainsi que boissons et café ou thé vous seront servis par les élèves des classes de terminales et BTS.

L'après-midi : Visite de la confiserie Florian une maison ancrée dans le patrimoine gourmand sur le port de Nice. Moulages, tranches d'agrumes au chocolat, créations aux fleurs cristallisées... tout un monde de douceurs chocolatées prend forme sous vos yeux

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



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

Mardi 10 février - Journée visite et découverte de Saint-Raphaël



69 €

Au programme :

Matin : Départ en direction de **Saint-Raphaël**, avec la découverte d'une épicerie fine gastronomique et viticole. Dégustation commentée, jeu sensoriel et échanges ensoleillés. S'en suivra **une visite commentée en petit train touristique**, afin de découvrir la ville et ses principaux attraits (basilique, vieux port...).

Midi : Déjeuner au restaurant **vin et café compris**

Après-midi : Visite guidée "**L'esprit Belle Époque**". De la promenade des bains au plateau de Notre Dame. Revivez la période de renouveau de la ville entre 1880 et 1915 à la découverte des nombreuses façades des villas de l'époque.

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

A NOTER : Récupération des bons d'engagement et annulation gratuite jusqu'au lundi 26 janvier 2026



Cinéma Espace Centre - Avenue de Verdun

Vendredi 12 décembre

L'association CAGNES ART CINÉ vous propose une après-midi **Ciné-Débat** au cinéma Espace Centre, avec la projection du film **"DOSSIER 137"**.

S'en suivra un temps d'échange intergénérationnel avec la présence des élèves du lycée professionnel Escoffier, dans l'esprit du vivre-ensemble, autour d'une collation.



DOSSIER 137

Policier - 2025

Le dossier 137 est en apparence une affaire de plus pour Stéphanie, enquêtrice à l'IGPN, la police des polices. Une manifestation tendue, un jeune homme blessé par un tir de LBD, des circonstances à éclaircir pour établir une responsabilité...



Bal et Après-midis dansants

Animés par Francisco !
Boissons et pâtisserie incluses

Inscription obligatoire auprès du service animation

Jeudi 8 janvier

"MARATHON DE LA DANSE"

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

20 €



Casino Terrazur, Polygone Riviera (Parking offert)

Le **Marathon de la Danse**, un événement dédié à *tous ceux qui aiment et veulent bouger toute la journée*.

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

Dancez sans compter, souriez toute la journée !

**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.*

PETIT-DÉJEUNER, DÉJEUNER ET GOÛTER*

PETIT DÉJEUNER :

Viennoiseries, café et thé

DÉJEUNER :

Assiette froide et dessert
(taboulé, crudité, charcuterie,
fromage, tarte...)
boissons et café

GOÛTER :

Pâtisserie et boissons

Bal de l'Épiphanie - Mardi 20 janvier

Espace Centre, 4 avenue de Verdun



6 €

Bal de la Chandeleur - Mardi 3 février

Espace Centre, 4 avenue de Verdun



6 €

Bal des Amoureux - Mardi 17 février

Espace Centre, 4 avenue de Verdun



6 €



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
+ 2/3€



Ateliers de prévention santé

Inscription obligatoire
auprès du service
animation

GRATUIT

Atelier pilâtes : 4 séances de 1h (Dates à venir)

Le CCAS, en partenariat avec l'ASEPT PACA, met en place un atelier prévention santé. Cet atelier aide à améliorer l'équilibre, prévenir les douleurs, entretenir la souplesse et soutenir la posture grâce à des exercices adaptés à chacun.

L'objectif : bouger sans douleur, maintenir son autonomie et se sentir mieux au quotidien.

Présence
requis
à toutes les
séances



Mini Séjour

Inscription obligatoire auprès du service animation

276 €

Mini séjour de 2 jours et 1 nuits au cœur des Alpilles

Mercredi 01 et Jeudi 02 avril 2026



À la découverte Van Gogh et Saint-Rémy

Matin :

- Départ tôt le matin en autocar en direction des Alpilles via Saint-Rémy-de-Provence
- Visite libre du Monastère Saint-Paul de Mausole de l'espace Van Gogh

Midi : Déjeuner au restaurant à Saint-Rémy-de-Provence

Après-midi :

- Visite guidée du centre historique de Saint-Rémy
- Visite libre du Musée des Alpilles
- Arrivée à l'Hôtel : installation dans les chambres – Temps libre

Soir : Dîner et nuit à l'hôtel



Jumenterie et visite d'Eygalières

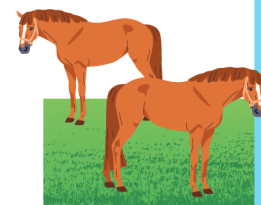
Matin :

- Départ de l'hôtel
- Visite libre de Fontvieille
- Jumenterie – Lait de jument de Camargue : Visite de la jumenterie et dégustation d'une glace au lait de jument

Midi : Déjeuner au restaurant à Eygalières

Après-midi : Visite guidée d'Eygalières

Retour à Cagnes-Sur-Mer en début de soirée



Le prix comprend : Le trajet en autocar aller-retour, L'hébergement à l'hôtel 3*, 1 étage sans ascenseur (une nuit),

Les repas : les déjeuners des deux jours, dîner et petit-déjeuner,

Toutes les visites et activités mentionnées au programme. Les services d'un guide accompagnateur sur les deux jours.

Le prix ne comprend pas : le supplément pour la chambre simple (35€)

À NOTER : Le séjour sera facturé en janvier 2026.

Récupération des bons d'engagement et annulation gratuite jusqu'au 5 janvier 2025

Pour information : À venir ... Juin 2026

Tour Culturel de 3 jours en Italie, le Piémont avec le guide Sandro
(détails et inscription programme de Mars/Avril)



Cinéma

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

GRATUIT

Cinéma Espace Centre - Avenue de Verdun



FINALEMENT

Comédie/Musical - 2024

Un brillant avocat, qui ne peut plus mentir à la suite d'un problème de santé, se lance dans un road-trip à travers la France. Orchestré comme une histoire d'amour entre une trompette et un piano, le dernier film de Lelouch prend les allures d'une fantaisie musicale, avec une bande originale signée Ibrahim Maalouf.

Vendredi 9 janvier



LA VALLÉE DES FOUS

Comédie - 2024

Passionné de voile, Jean-Paul traverse une passe difficile. Il accumule les dettes et s'éloigne des siens. Bien décidé à reprendre sa vie en main, il s'inscrit à Virtual Regatta la course virtuelle du Vendée Globe. Il se met dans les conditions d'un vrai skipper en s'isolant pendant 3 mois sur son bateau dans son jardin... Ce voyage pas comme les autres, lui permettra de renouer avec sa famille mais surtout avec lui-même.

Vendredi 6 février

Activités physiques et manuelles

Le CCAS vous propose des activités physiques et manuelles à l'année, de septembre à juin :

- Yoga
- Gymnastique
- Qi Gong
- Marche nordique
- Art floral
- Créativité
- Reliure
- Dentelle aux fuseaux
- Patchwork

Renseignements et inscriptions auprès du service animation.

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 22 janvier
- jeudi 19 février
- jeudi 19 mars
- jeudi 16 avril
- jeudi 28 mai
- jeudi 25 juin



"Au Bon Accueil", Place de la Marine

- jeudi 15 janvier
- jeudi 12 février
- jeudi 12 mars
- jeudi 9 avril
- jeudi 21 mai
- jeudi 18 juin

Halte Répét Alzheimer

Halte Répét Alzheimer, en partenariat avec France Alzheimer O6,

2 après-midi par mois à la résidence autonomie La Fraternelle.

Renseignements et inscriptions :

☎ 04 93 52 62 00

Aquagym



Inscriptions :

Vendredi 9 janvier de 8h30 à 11h00

À la Piscine Municipale :

☎ 04 93 73 28 28

Cours réservés aux résidents Cagnois, adhérents CCAS, ayant leur carte de participant tamponnée pour 2025

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

Fermeture du CCAS



Le CCAS sera fermé le Lundi 1er Janvier 2025

FERMÉ

À ceux qui ont déjà parcouru tant de chemins...
Que le temps qui passe ne soit plus une course,
mais un compagnon qui vous offre
la douceur de comprendre, la liberté de choisir
et la joie d'exister pleinement.

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

Rendez-vous avec des
travailleurs sociaux
Uniquement sur rendez-vous auprès de
l'accueil du CCAS au 04 92 02 47 53

Point Femmes

Réception libre au CCAS

Accompagnement au numérique

Uniquement sur rendez-vous
au 04 92 02 47 47

Mutuelle Communale JUST

à partir du 02/10/2023
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

à partir du 03/09/2025
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
sommes 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

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



2025 RETOUR EN IMAGES DE L'ANNÉE 2024



Bal Couleurs Créoles



Cabaret à Tourves



Sortie à Aubagne



Cirque International de Monte Carlo



Sortie à Bargemon



Bal Tahitien



Bal Carnaval



Marathon de la Danse



Bal de l'Épiphanie



Bal de la Semaine Bleue