

CINÉ SENIORS À CARRÉ D'ART

GRATUIT

Renseignements auprès de Caroline : 04 66 28 40 92.
Inscriptions à l'accueil de l'Office des Seniors ou par téléphone
au : 04 66 28 40 90.

MARDI 15 AVRIL à 14h30
INSCRIPTIONS : à partir du lundi 7 avril 8h.

MARDI 13 MAI à 14h30
INSCRIPTIONS : à partir du lundi 5 mai 8h.

MARDI 17 JUIN à 14h30
INSCRIPTIONS : à partir du mardi 10 juin 8h.

ATELIER ESTIME DE SOI

GRATUIT

ATELIERS RESERVÉS POUR VOUS MESDAMES.

Renseignements auprès de Caroline : 04 66 28 40 92.
Inscriptions à l'accueil de l'Office des Seniors ou par téléphone
au : 04 66 28 40 90.

MERCREDI 28 MAI à 13h30
INSCRIPTIONS : à partir du lundi 12 mai 8h.

MERCREDI 1^{ER} JUILLET à 9h
INSCRIPTIONS : à partir du lundi 23 juin 8h.

Nadia, vous apprendra à connaître votre colorimétrie (les couleurs qui vous vont bien en fonction de votre carnation...), la forme de votre visage, la coupe de cheveux, les lunettes, qui vous vont, les vêtements adaptés à votre morphologie et à votre personnalité.

PROMENADES

GRATUIT

Renseignements auprès de Caroline : 04 66 28 40 92.
Inscriptions à l'accueil de l'Office des Seniors ou par téléphone
au : 04 66 28 40 90.

> **LANGLADE**

MARDI 29 AVRIL à 13h45
RDV arrêt Très Patas à 13h45 - Possibilité de prendre le bus n°51 à l'arrêt Esplanade T2 à Nîmes à 13h08.
INSCRIPTIONS : à partir du mardi 22 avril 8h.

> **CLARENSAC - SINSANS
AVEC REPAS TIRÉ DU SAC**

MARDI 20 MAI à 10h20
RDV arrêt Portail Bas à Clarensac à 10h20 - Possibilité de prendre le bus n° 51 à l'arrêt Esplanade T2 à Nîmes à 9h43.
INSCRIPTIONS : à partir du lundi 12 mai 8h.

> **JARDIN DE LA FONTAINE**

MARDI 24 JUIN à 8h30

Rdv devant l'entrée principale.
INSCRIPTIONS : à partir du lundi 16 juin 8h.

PARTENARIAT

GRATUIT

LES ATELIERS VIVADOM SE POURSUIVENT !

Renseignements auprès de l'accueil : 04 66 28 40 90.
Inscriptions à l'accueil de l'Office des Seniors ou par téléphone
au : 04 66 28 40 90.

Le coût de ces ateliers est pris en charge par la conférence des financeurs.

> **ATELIER RELAXATION ACTIVE**

LE MARDI de 9h à 10h
5 séances du 29 avril au 27 mai.
INSCRIPTIONS : à partir du mardi 22 avril 8h.

> **ATELIER PEINTURE ABORIGÈNE**

LE MARDI de 9h à 10h
5 séances du 3 juin au 1^{er} juillet mai.
INSCRIPTIONS : à partir du lundi 26 mai 8h.

BIEN VIEILLIR À NÎMES

Le dispositif « Allo Senior » recense les personnes isolées et/ou en perte d'autonomie sur le territoire de la ville de Nîmes. L'objectif du CCAS est de rendre attractif ce dispositif gratuit en offrant aux usagers inscrits une attention spécifique en terme d'accompagnement, d'orientation, de soutien, d'information de relais et de prévention.

Le CCAS vous propose un Point d'accueil et d'information de 9h à 12h.

**LES VENDREDIS
11 AVRIL
& 16 MAI**

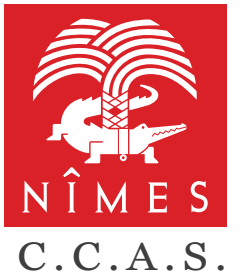
À la Coupole
(au niveau des Halles
et du rez-de-chaussée
des commerces).



LE CCAS
ATTENTIF
À VOS
BESOINS

la lettre

DE L'OFFICE DES SENIORS



ÉDITO



Le Banquet des Aînés a une nouvelle fois rencontré un franc succès, et je tiens à vous remercier d'être chaque année plus nombreux à y participer.

Ce rendez-vous incontournable de notre ville est une belle occasion, pour moi et l'équipe municipale, en particulier Chantal BARBUSSE, Adjointe déléguée à l'Action sociale, et Catherine JEHANNO, Conseillère municipale déléguée aux Aînés, d'échanger avec vous, d'entendre vos attentes et de partager un moment chaleureux.

Le printemps est une saison qui me tient particulièrement à cœur. À Nîmes, il rime avec le réveil de la nature, que l'on peut admirer au cœur des Jardins de la Fontaine, au Bois des Espeisses ou encore au Parc des Terres de Rouvière, mais aussi avec une effervescence culturelle et festive qui nous rassemble.

De nombreux temps forts nous attendent dans les semaines à venir : les Journées Romaines, le Festival de la Bande Dessinée, le Printemps de l'Aficion, la Fête de la Musique et, bien sûr, la Fête de Pentecôte.

À cela s'ajoutent les activités variées proposées par l'Office des Seniors, qu'elles soient artistiques, artisanales ou sportives, ainsi que les sorties permettant de redécouvrir notre belle ville et ses alentours.

Je tiens d'ailleurs à saluer une fois encore l'engagement des agents du CCAS, toujours à vos côtés au quotidien.

À travers cette lettre, je vous propose de revenir sur les moments marquants de ces dernières semaines et de vous projeter vers ceux à venir, qui, je l'espère, nous offriront encore de belles occasions de nous retrouver.

Bonne lecture !

Jean-Paul FOURNIER
Maire de Nîmes

PASSEPORT
SENIOR
2025
La Ville avec un accent
Nîmes



Carte valable jusqu'au : 31/12/2025
10 euros
Office des Seniors - 14 rue des Chassaintes
04 66 28 40 90 - www.nimes.fr

IMPORTANT & OBLIGATOIRE

POUR TOUTES INSCRIPTIONS : PRÉSENTATION
OBLIGATOIRE DU PASSEPORT SENIORS 2025.

L'Office des Seniors (9 rue Gretry) vous accueillera désormais pour toutes inscriptions et renseignements du lundi au vendredi de 8h à 12h. L'accueil du CCAS (14 rue des Chassaintes) reste à votre disposition pour toutes informations tous les après-midi de 13h30 à 17h.



L'Office des Seniors est le service des retraités et personnes âgées du CCAS de la ville de Nîmes : 9 rue Grétry - Accueil du public de 8h à 12h - Tél 04 66 28 40 90. Au quotidien : INSCRIPTIONS aux animations, sorties et prises d'abonnements. Le C.C.A.S - 14 rue des Chassaintes - Tél : 04 66 76 84 84 - Au quotidien : des services dédiés aux seniors Nîmois à l'aide et l'accompagnement dans leurs démarches des seniors, des personnes handicapées, des enfants et des familles en difficulté, etc. ÉDITION : CCAS-VILLE DE NÎMES 2024. Prises de vues : Ville de Nîmes. Parution trimestrielle.

LES TEMPS FORTS EN IMAGE



> LA GUINGUETTE DE LA GALETTE DES ROIS

C'est dans une ambiance festive que l'Office des Seniors a débuté cette nouvelle année. Nous avons fêté dignement les rois et les reines lors de la traditionnelle guinguette de la galette des rois.



> LA JOURNÉE DE LA FEMME

Vous étiez nombreuses à être venues assister à l'animation autour du bien être, de la beauté et du style organisée à l'occasion de la journée de la femme. Des ateliers valorisant la beauté intérieure et extérieure vous ont été proposés parce que se sentir belle renforce l'estime, la confiance en soi et améliore la qualité de vie au quotidien. Il est important de prendre du temps pour soi et c'est avec plaisir que nous vous avons dédiés cette journée Mesdames.



LE PROGRAMME À VENIR

SORTIE DÉCOUVERTE DE LA RÉGION

> JOURNÉE « GRAU D'AGDE ET CHATEAU LAURENS »

44€

MARDI 29 AVRIL

INSCRIPTIONS : à partir du vendredi 4 avril 8h.

> JOURNÉE À AIX-EN-PROVENCE « SUR LES PAS DE CÉZANNE »

49,50€

VENDREDI 11 JUILLET

INSCRIPTIONS : à partir du jeudi 19 juin 8h.

DÉGUSTATION DES « HUILES NOUVELLES »

GRATUIT

En partenariat avec la Confrérie des chevaliers de l'Olivier du Languedoc Roussillon et de l'association France Gard Alzheimer.

Renseignements auprès de Michèle : 04 66 28 40 92.
Inscriptions à l'accueil de l'Office des Seniors.

JEUDI 17 AVRIL à 11h30

INSCRIPTIONS : à partir du lundi 7 avril 8h.

INITIATION AU BRIDGE

GRATUIT

Par la fédération Française de Bridge.

Renseignements auprès de Michèle : 04 66 28 40 92.
Inscriptions à l'accueil de l'Office des Seniors.

LUNDI 14 AVRIL de 14h à 18h

INSCRIPTIONS : à partir du lundi 7 avril 8h.

CONFÉRENCES

GRATUIT

Renseignements auprès de Michèle : 04 66 28 40 92.
Inscriptions à l'accueil de l'Office des Seniors.

> JAZZ ET CINÉMA

VENDREDI 18 AVRIL à 14h30

INSCRIPTIONS : à partir du lundi 7 avril 8h.

> LOUIS ARMASTRONG

VENDREDI 21 MAI à 14h30

INSCRIPTIONS : à partir du lundi 5 mai 8h.

GUINGUETTE

GRATUIT

Renseignements auprès de Caroline : 04 66 28 40 92.
Inscriptions à l'accueil de l'Office des Seniors ou par téléphone au : 04 66 28 40 90.

> GUINGUETTE CASTANET

MARDI 20 MAI à 14h

INSCRIPTIONS : à la Maison de quartier de Castanet à partir du mercredi 7 mai de 14h à 17h et à l'accueil de l'Office des Seniors à partir du mardi 13 mai 8h.

FERIA

> PAËLLA

10€

JEUDI 5, VENDREDI 6 & SAMEDI 7 JUIN à 11h30

INSCRIPTIONS : à l'accueil de l'Office des Seniors à partir du lundi 19 mai 8h.

> GRILLADES ET FRITES

10€

VENDREDI 6 JUIN à 19h30

INSCRIPTIONS : à l'accueil de l'Office des Seniors à partir du lundi 19 mai 8h.

FÊTE DE LA MUSIQUE

10€

> HOT DOG ET FRITES

VENDREDI 20 JUIN à 19h30

INSCRIPTIONS : à l'accueil de l'Office des Seniors à partir du lundi 2 juin 8h.

EXPOSITION

GRATUIT

Les ateliers de créativité de l'Office des Seniors exposent les œuvres réalisées tout au long de l'année du jeudi 26 juin au mercredi 2 juin.

> VERNISSAGE

JEUDI 26 JUIN à 17h

VISITES GUIDÉES AVEC L'OFFICE DU TOURISME

3€

Renseignements auprès de Michèle : 04 66 28 40 92.
Inscriptions à l'accueil de l'Office des Seniors.

> NATURE ET SCULPTURE

JEUDI 17 AVRIL à 14h

INSCRIPTIONS : à partir du lundi 7 avril 8h.

> LES HISTOIRES D'AMOUR FINISSENT MAL...

JEUDI 15 MAI à 14h

INSCRIPTIONS : à partir du lundi 5 mai 8h.

> FAUBOURG DE LA CROIX DE FER

JEUDI 26 JUIN à 10h

INSCRIPTIONS : à partir du lundi 16 juin 8h.

VISITES

GRATUIT

Renseignements auprès de Caroline : 04 66 28 40 92.
Inscriptions à l'accueil de l'Office des Seniors ou par téléphone au : 04 66 28 40 90.

> MAISON DES COMPAGNONS

MERCREDI 16 AVRIL à 14h

INSCRIPTIONS : à partir du mardi 8 avril 8h.

> ATELIER JEAN DENIM

MERCREDI 14 MAI à 14h

INSCRIPTIONS : à partir du lundi 5 mai 8h.

> CHÂTEAU CAVEIRAC ET TOUR DU VILLAGE

MERCREDI 18 JUIN à 14h

INSCRIPTIONS : à partir du mardi 10 juin 8h.