

L'AZURÉEN



ASSOCIATION NATIONALE DE RETRAITÉS
Groupe Cote d'Azur - Alpes Maritimes

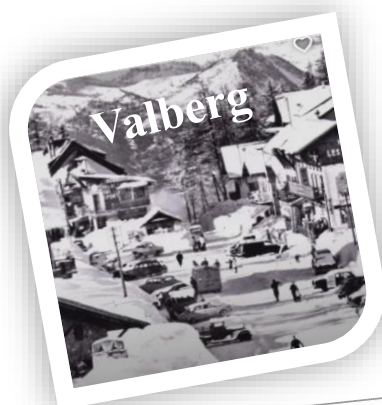


Reconnue
d'intérêt général

Maison des Associations Garibaldi, Boîte 54
12 ter Place Garibaldi, 06300 NICE
Tél : 06 87 12 09 63 Email : anrcoteazur@gmail.com
Site internet : <https://anr06.com>
Permanence le jeudi, sur rendez-vous, de 14h30 à 16h30

BULLETIN DÉPARTEMENTAL N°11

juillet 2026



Bonnes vacances dans le 06



L'EDITORIAL DU PRESIDENT



Chères et Chers amis,

Comme chaque année s'est tenue notre Assemblée Départementale portant sur l'exercice 2025. En légère hausse, la soixantaine d'adhérents présents ou représentés a pu apprécier le travail de notre Groupe départemental tout au long des rapports commentés, moral, financier, activités, ce qui a démontré notre active et continue implication sociale.

Bien sûr, à l'instar de l'ensemble du monde associatif, chaque année, nous perdons des adhérents ; mais nous ne baissons pas les bras et nous essayons d'amortir cette chute d'effectifs en proposant de nouvelles et diverses activités à nos adhérents (voir le compte-rendu ci-joint).

Grâce aux subventions attribuées en 2025 par notre Conseil Départemental des Alpes-Maritimes, notre Mairie de NICE et notre partenaire La Poste, nous espérons continuer à œuvrer sans souci financier pendant longtemps encore au profit de nos seniors.

Dès que vous lirez cet Azuréen, le vice-président Jean Pierre OLIVIERO, le trésorier Alain NANTUA et MOI-MEME auront assisté les 26 et 27 Mai 2026 à l'Assemblée Générale de l'ANR à Paris. Auront été à l'ordre du jour : budget, social, prévoyance Amicale-Vie, motion, sans oublier la validation du nouveau projet associatif et l'organisation de la célébration du CENTENAIRE en 2027 de notre Association créée en 1927 par notre facteur Firmin VIDAL

Tout en restant très positif, je vous souhaite, mes chers amis, anciens et nouveaux, un doux et bon été.

Jean-Claude BERTRAND

LE MOT DU TRESORIER



Comme cela a été indiqué lors de notre assemblée départementale, la situation financière de notre groupe à la fin de l'année 2025 est particulièrement favorable. Je remercie les animateurs et animatrices d'activité et les bénévoles de notre groupe, malheureusement pas assez nombreux, qui ont contribué par leur implication à ce résultat. Il convient aussi de remercier la ville de Nice et le département des Alpes Maritimes qui nous ont versé en 2025 de substantielles subventions.

Cette situation ne devrait pas perdurer en 2026. Une situation économique plutôt difficile et des événements mondiaux particulièrement inquiétants ne sont pas encourageants pour l'avenir. Dans ce contexte il est fort probable que les subventions allouées en particulier aux associations soient une variable d'ajustement incontournable.

Dans ce contexte, je vous rappelle que vos cotisations et dons constituent l'essentiel de nos ressources. Elles nous permettent d'assurer nos dépenses de solidarité notamment les colis de Noël et cartes anniversaires adressés à nos aînés, les frais de courrier (envoi des lettres de relance pour l'essentiel), de communication via l'Azuréen et de couvrir les frais de fonctionnement du groupe ANR 06, notamment

la location des salles nécessaires aux activités proposées. Si nous voulons maintenir ce cap chaque cotisation est importante et contribue à la vie de notre groupe.

Nous devons regretter que plus de 30 adhérents n'aient pas encore réglé la cotisation 2026. Je vous rappelle que, conformément au règlement intérieur de l'ANR, la cotisation doit être réglée au cours du premier trimestre de l'année.

IL EST ENCORE TEMPS DE RÉGLER VOTRE COTISATION 2026

Le montant de la cotisation ANR est rappelé ci-après :

	Avec abonnement à la revue La voix de l'ANR	Sans abonnement à la Revue Voix de l'ANR
Adhésion individuelle	34 €	23 €
Adhésion couple	48 €	37 €

Merci de régler votre cotisation par chèque à l'ordre de ANR 06 adressé à :

ASSOCIATION NATIONALE DE RETRAITES
MAISON DES ASSOCIATIONS GARIBALDI
BOITE 54
12 TER PLACE GARIBALDI
06300 NICE

Pour vous éviter tout souci quant au règlement de la cotisation annuelle, vous pouvez opter pour le prélèvement. Si vous souhaitez en bénéficier il suffit de nous faire parvenir un **Relevé d'Identité Bancaire** par courrier ou par messagerie (courriel). A réception du RIB, je vous ferai parvenir un mandat SEPA pour signature que vous devrez ensuite nous retourner dûment signé.

Le paiement par virement est également possible. Si vous souhaitez utiliser ce moyen de paiement, il suffit de nous demander le RIB de l'ANR 06 par courriel à anrcoteazur@gmail.com.

Une dernière précision concernant la cotisation. Si vous êtes imposable, du fait que l'ANR ait été reconnue d'intérêt général, 66% du montant de la cotisation annuelle de l'ANR peuvent être déduits du montant de votre impôt. Pour cela il suffit d'indiquer le montant de cette cotisation (en 2025 23 € pour une cotisation individuelle ou 37 € pour une cotisation couple) à la ligne 7UF de votre déclaration de revenus.

Concrètement 15,18 € pour une cotisation individuelle ou 24,42 € pour une cotisation couple seront déduits de votre impôt. Votre cotisation individuelle ne vous coûtera réellement que 7,82 € après réduction fiscale ou 12,58 € pour une cotisation couple.

COMPTE-RENDU DE L'ASSEMBLÉE DÉPARTEMENTALE DE L'ANR 06 DU 24 AVRIL 2026

Comme ces trois dernières années, notre Assemblée Départementale s'est tenue dans les locaux de l'Institut Claude Pompidou, avec la participation de 45 adhérents.

Après avoir respecté la minute de silence en mémoire de nos adhérents disparus en 2025, Jean-Claude Bertrand, le président de notre groupe, a présenté le rapport moral. Il a souligné la perte lente, mais inexorable, de nos effectifs et l'importance de garder le contact avec les adhérents.

Le rapport moral a été adopté à l'unanimité.

Notre trésorier, Alain Nantua, a ensuite, présenté l'état de nos effectifs et le bilan financier pour 2025.

Si nous avons enregistré 36 nouveaux adhérents, nous en avons perdu 77 (décès, radiés, mutés, démissions). Fin 2025 notre Groupe comptait 476 adhérents, soit 41 de moins que fin 2024.

On remarque que l'origine des adhérents s'équilibre : 30 % issus de La Poste, 38 % d'Orange et 32 % pour tous les autres.

Côté financier les charges s'élèvent à 9 006 €, réparties principalement au titre de la solidarité 3 680 €, des animations 1 040 € et des frais postaux 1 360 € (notamment pour l'envoi des Azuréens et des cartes d'anniversaire).

Les produits, 17 397 €, sont principalement le fruit des cotisations (7 025 €), des subventions de La Poste (2 924 €) et du département et de la ville de Nice (6 000 €).

Le bilan financier présente donc un excédent de 8 391 €. Mais Alain Nantua rappelle qu'en 2026, les subventions ne seront pas forcément reconduites.

A l'issue de cette présentation, Josette Chappe, notre vérificatrice aux comptes, déclare que les comptes sont véritables et sincères. Le bilan financier est adopté à l'unanimité.

Jean-Pierre Oliviero présente le bilan des actions sociales et administratives en 2025. Concernant le secrétariat, il rappelle qu'Alain Nantua et Monique Sourdon assurent l'accueil des adhérents les jeudis de 14h30 à 16h30, dans les locaux de la place Garibaldi, et qu'une permanence téléphonique a été mise en place.

Côté social, 122 colis de Noël et 233 cartes d'anniversaire ont été distribués à nos aînés. Deux éditions de notre bulletin départemental ont été rédigées et expédiées à 500 exemplaires.

Notre groupe a réalisé près de 1 150 actions personnalisées (visites aux malades, présence aux obsèques, appels des plus anciens et des isolés) et plus de 180 actions collectives (sorties ludiques ou culturelles, voyages et séjours).

10 180 heures ont été consacrées au fonctionnement de l'ANR 06.

Chaque animateur a ensuite présenté le bilan de ses activités :

La section culturelle a proposé 14 sorties et 4 voyages, qui ont réuni près de 400 personnes.

Liliane Besançon a réuni ses adeptes des jeux de cartes à 27 reprises. Annie Massiera désire rejoindre ce groupe et proposer des séances de Scrabble.

L'ANRAM a proposé 3 activités : les randonnées, la marche nordique et le long-côte, et compte 120 adhérents. Neuf animateurs rando ont encadré 97 sorties qui ont réuni 1 153 randonneurs, 4 animateurs en Marche Nordique ont proposé 35 sorties à 9 participants en moyenne sur 4 sites différents, et 2 animatrices en long-côte ont proposé 1 à 2 sorties par semaine, à 14 participants en moyenne, sauf l'hiver.

Depuis 2017, Michelle et Patrick Fontaine animent l'atelier de Tai chi chuan. 40 adhérents suivent cet atelier, chaque jeudi matin, dans le parc des arènes de Cimiez, pour son ambiance détendue et sa contribution au bien-être du corps et de l'esprit.

Les adhérents qui souhaitaient rafraîchir leurs connaissances en anglais, en pratiquant la langue, ont retrouvé, les lundis matin, Nicole Sellam et Lorna Williams, qui, grâce à des mises en situation, à la révision du vocabulaire courant, et à la lecture, avec traduction, de petits livres pour enfants, ont permis à chaque participant de faire de nets progrès, tout en s'amusant.

Jean-Claude Bertrand a rappelé le mode de fonctionnement et les avantages de l'Amicale Vie, l'offre Prévoyance de l'ANR, qui compte 76 adhérents dans notre département.

Renouvellement du comité directeur : 2 nouveaux membres ont été élus : Annie Massiera et Odile Coder.

Avant de clore notre assemblée départementale, François-Xavier Lehmann, président de l'ANR, a rappelé le rôle de l'ANR dans la défense des retraités, ses différents entretiens avec les ministres et les groupes parlementaires. La démarche de l'ANR n'est pas d'avoir des droits nouveaux, mais que la loi soit respectée. Il fait remarquer qu'aucun parlementaire ne représente les retraités. François-Xavier

Lehmann précise les trois principaux problèmes de l'ANR : le recrutement de nouveaux adhérents, le manque de bénévoles et la fragilité financière de certains groupes départementaux.

Il a ensuite évoqué le centenaire de l'ANR. On envisage deux opérations :

- écrire un livre rapportant les interviews de nos centenaires sur leur vie, les découvertes qui les ont marquées, leurs expériences et peut être, leurs conseils.
- la création d'un timbre à l'effigie de l'ANR.

L'assemblée départementale s'est terminée par un repas auquel 37 personnes ont participé.

**Quelques photos de l'Assemblée Départementale
que nous devons à notre photographe en chef Gérald Nicolas
(Vous trouverez l'ensemble des photos sur notre site internet : <https://anr06.com>)**



L'ANR 06 PART EN VACANCES



Après une année bien remplie, fertile en événements, vos animateurs vont prendre des vacances bien méritées, pour vous revenir en pleine forme à la rentrée.

La permanence, Place Garibaldi, sera fermée du jeudi (25 juin ou 02 juillet) au jeudi 03 septembre 2026. Toutefois, une permanence téléphonique (06 86 01 62 63) vous permettra de laisser des messages urgents.

De la même façon, la fréquence des animations sera modifiée. Chaque animateur vous communiquera son calendrier estival.

Toute notre équipe vous souhaite de passer de bonnes vacances et rendez-vous à la rentrée !

LES COLIS DE NOËL

Les fêtes de fin d'année sont encore loin et nous préférons rêver de soleil et de sable chaud ! Mais nous devons déjà organiser la distribution des colis de Noël à nos aînés. Et comme notre slogan : "*Adhérez à l'ANR, vous serez Centenaires*" tend, de plus en plus, à se vérifier, le portage des colis demande une équipe de plus en plus importante. Nous pourrions envoyer ces colis par la Poste, mais, pour nos aînés, le colis de fin d'année n'est pas qu'un simple cadeau, c'est l'occasion de rencontrer un bénévole, de parler avec lui de tout et de rien, mais surtout du bon vieux temps où il n'était pas encore retraité !

Vous l'avez deviné, nous cherchons des bénévoles pour porter nos colis de Noël. Si vous pouvez nous donner un coup de main, retournez-nous le bulletin ci-dessous.

Pour plus d'informations, contactez le : 06 86 01 62 63.

Je me propose pour participer à la distribution des colis de Noël à nos aînés.

Nom / Prénom

Adresse :

Téléphone : ;... **Tel Mobile**

Email

À retourner à ANR 06, Maison des Associations Garibaldi, Boîte 54, 12 ter Place Garibaldi, 06300 NICE

LES 100 ANS de Denise FRANCO

A l'occasion de ses 100 ans, fêtés le 5 février dernier, Denise FRANCO, accompagnée de son amie Monique CIAIS, a bien voulu accepter d'être interviewée par François -Xavier LEHMANN, Président National, et Jean-Claude BERTRAND, Président de l'ANR 06, qui lui ont remis bouquet de fleurs et flacon de parfum.

Denise, personne alerte, élégamment vêtue, nous a dévoilé les principaux moments de sa vie, depuis ses débuts en 1943 au central téléphonique de Brignoles, puis ses diverses affectations à Monte-Carlo, jusqu'à sa mise en retraite en 1984, dans sa ville de cœur, où elle partage sa résidence entre Monaco et La Turbie.

D'ailleurs, Denise ne tarit pas d'éloge sur l'ambiance de la vie monégasque où elle est parfaitement intégrée.



SORTIES CULTURELLES

Jeudi 10 septembre : Au musée Matisse visite de l'Exposition :
« **Henri Matisse- Yves St Laurent : Le Beau, la Mode et le bonheur** »
RDV à 14h devant le Musée Coût de la visite guidée entre 8 et 6 €.

Jeudi 8 octobre : Visite de l'expo « **Les toilettes de Marthe** » au Musée du Cannel à 14 h 30.
Coût de la visite guidée entre 8 et 6€ suivant le nombre.

Vendredi 16 octobre : Visite de l'expo « **La peinture contre-attaque** », consacrée à l'un des artistes majeurs de la figuration libre : **Hervé Di Rosa. A La Malmaison à Cannes**

Et de l'exposition : **Felicità, de Marion Charlet**, qui présente une peinture pop aux couleurs acidulées mettant en scène des architectures fantasmées au Suquet des artistes.

Coût des 2 visites guidées 8€ et 6€. Horaires et date à confirmer.

Jeudi 11 novembre Visite de l'expo : « **De la scène à la toile. Artistes et mondaines de la Belle époque** ».

Au Musée Chéret à 14 h 30 Coût de la visite guidée entre 8 et 6€ suivant le nombre.

Semaine du 10 décembre : Journée à Monaco : Visite de l'éco quartier monégasque

Repas au Lycée hôtelier

Visite de l'expo : « **Victor Brauner : l'Aventure magique** » la villa Paloma.

La date est à confirmer en septembre en fonction des examens au lycée hôtelier.

Du 30 septembre au 4 octobre escapade en Italie : « **De découvertes en découvertes : Le Duché de Parme** »
En autocar. Visite de Parme, de Piacenza, Fidenza et bien d'autres lieux magiques.

Marché de Noël, j'espère à Anvers la capitale des Flandres départ en avion, déplacements en Belgique en train. Du 2 au 6 décembre. Le projet est à l'étude. Il dépendra également de la situation.

Comme d'habitude, j'enverrai un mail avant chaque sortie pour que vous puissiez vous inscrire.

Pour ceux qui n'ont pas de mail, vous pouvez m'appeler 10 jours avant la date de la sortie au 06 83 05 74 67

Je vous remets mon adresse mail pour toute question : pborgialli@free.fr



JEUX DE CARTES



Bientôt 3 ans que nous vous proposons de vous changer les esprits en vous amusant autour d'un tapis de cartes, entourés de tricheurs invétérés qui n'ont qu'une idée en tête... s'amuser, rire un bon coup, oublier l'espace d'un instant notre monde stressant.

Eh bien, nous allons continuer !

Si nous avons baptisé cette animation "Jeux de cartes", sachez que nous pouvons jouer à tous les jeux de société, la seule condition est de convaincre des partenaires ! D'ailleurs, Annie MASSIERA, une nouvelle animatrice, vous proposera de jouer au Scrabble en même temps que nous.

Jusqu'à la fin juin, nous nous retrouverons toujours dans la Maison des Associations, 12 ter Place Garibaldi à NICE, tous les vendredis, de 14 h 00 à 17 h 00, mais à la rentrée nous risquons de changer le jour de semaine. Je préviendrai tous mes fidèles complices, et, pour tous les autres, j'enverrai un mail.

Si vous souhaitez nous rejoindre, n'hésitez pas à m'appeler ou à m'envoyer quelques mots en SMS à :

Lily BESANÇON 06 03 91 28 11.

Le 26 juin nous partons en vacances jusqu'au 02 septembre.

CONVERSATIONS EN ANGLAIS

proposées par Nicole SELLAM et Lorna WILLIAMS



Bienvenue à nos cours en anglais où nous pouvons échanger des idées, parler de vos projets, vos vacances etc.

COME IN SPEAK UP
WE ARE WAITING FOR
YOU WITH OPEN ARMS

Anglais intermédiaire avec Nicole

J'espère pour la prochaine année que la classe d'Anglais intermédiaire pourra encore aider les participants à rafraîchir leurs connaissances en Anglais, mais aussi continuer à améliorer leur niveau de pratique : mises en situation, révision du vocabulaire courant, conversations à bâtons rompus, et lecture (et traduction) de petits livres en anglais pour enfants.

Les cours auront toujours lieu à la Maison des Associations, place Garibaldi, le lundi de 10h à 12h, sauf vacances scolaires et jours fériés. Notre bureau a une capacité maximale de 7 personnes EN TOUT, idéal pour permettre à tous de parler un maximum.

N'hésitez pas à me contacter : nicolesellam06100@gmail.com,

ou par téléphone : 06 03 72 43 74

Nicole SELLAM

Une pure conversation en anglais est proposée par Lorna WILLIAMS, également à la Maison des Associations place Garibaldi, pour les personnes désireuses d'améliorer leur anglais parlé.

Si vous voulez me rejoindre les lundis matin (sauf vacances scolaires et jours fériés) de 10 h 00 à 11 h 30, alors, contactez-moi :

par mail : williams.lorna@orange.fr ou par téléphone : 06 62 35 14 89

Je suis impatiente de vous accueillir dans mon groupe d'Activités avec l'ANR

Lorna WILLIAMS

Le 26 juin, nous partons en vacances jusqu'au 02 septembre.



LE TAI CHI CHUAN



« Le jeudi c'est Tai chi »

Nous vous invitons à nous retrouver le jeudi matin de 9h45 à 12h au milieu des oliviers du parc des Arènes de Cimiez. Ce lieu très agréable est propice à notre pratique.

Nous vous proposons des disciplines énergétiques anciennes de la médecine traditionnelle chinoise utilisées pour la santé et la longévité. Ces activités douces contribuent au bien-être du corps et de l'esprit. **Elles nécessitent cependant de la motivation, de l'assiduité, de la mémoire, et une pratique régulière.**

Vous pouvez participer à l'atelier qui vous convient ou à l'ensemble de la matinée :

- 9h45 - 10h30 : Tai chi à l'éventail (après 1 an de pratique de Tai chi à mains nues)
- 10h30 - 11h10 : Qi-gong
- 11h15 - 12h : Tai chi à mains nues

Même pour nous qui sommes retraités, le rythme, les événements du quotidien, les habitudes laissent souvent peu de place à l'écoute de soi. Stress, fatigue, tensions physiques et mentales peuvent s'accumuler, jusqu'à devenir presque invisibles... et pourtant bien présents.

Participer à des séances de Tai chi ou de Qi Gong permet de s'offrir un moment de pause, un espace où le corps retrouve sa mobilité naturelle, où la respiration s'apaise, et où l'esprit se clarifie. Progressivement, les tensions diminuent, l'équilibre s'améliore, et une sensation de bien-être global s'installe. C'est choisir de ralentir pour mieux avancer, de respirer pour mieux vivre.

Contrairement à de nombreuses activités physiques centrées sur la performance, ici, il s'agit avant tout de ressentir, d'harmoniser et de relâcher. Les séances en groupe ajoutent également une dimension conviviale et motivante.



Pour toutes informations vous pouvez joindre : Patrick FONTAINE
patrick.jffontaine@gmail.com – 06 70 16 57 29
Inscription début septembre 2026

Le 2 juillet nous partirons en vacances jusqu'au 03 septembre.



ASSOCIATION NOUVELLE DE RANDONNÉE DES ALPES MARITIMES

GRUPE ANR
CÔTE D'AZUR

SEJOUR RANDONNEES EN BARONNIES du 6 au 11 Avril 2026

Jour 1

Au petit matin du 6 avril, 45 adhérents de l'ANRAM se sont dirigés vers cette magnifique région des Alpilles pour se retrouver à Buis les Baronnies, notre lieu de résidence.

Pour y aller, une étape était prévue dans le **Colorado Provençal**, ou bien à l'**Abbaye de Sénanque**.

La météo s'annonçait belle et a tenu ses promesses, soleil et chaleur pendant tout le séjour.

Le programme des activités consistait à opter, chacun selon ses envies ou sa condition physique, soit de randonner (1 rando douce et une rando loisir chaque jour) menées par les animateurs de l'ANRAM, soit de visiter les sites touristiques des environs.

Jour 2 :



Boucle de Ste Euphémie-St Auban-sur-l'Ouvèze
(rando douce) Agréable balade sur le plateau, visite du village de St Auban et retour par la vallée de l'Ouvèze et ses champs de lavande.



Gorges et Cols des Baronnies
(rando loisir) Jolie balade au départ des Gorges d'Ubrieux pour les cols de Milmandre et de Malpertuis, puis retour à Buis les Baronnies.

Jour 3



Montagne de Chamouse (rando loisir)
Parcours panoramique en boucle au cœur des Baronnies, au départ du Col de Perty



Marché provençal de Buis les Baronnies

Jour 4



Tour des Dentelles de Montmirail (douce). Balade au cœur des plantations d'Oliviers et des Vignes, puis séance émotion avec grimpeuse sur les Dentelles



Les 3 crêtes des Dentelles de Montmirail (rando loisir). Parcours plus exigeant par des sentiers scabreux afin de se rapprocher au plus près des Dentelles



Jour 5 : le Mont Ventoux douce et loisir, départ commun du Chalet Reynard et retour par le Clapier de l'Ermite pour la rando loisir



Clôture de ce séjour par une sympathique soirée festive dansante, avec touchante surprise pour tous les animateurs et organisateurs de la part des participants.

Du 01 juillet au 08 septembre, il n'y aura pas les randonnées, ni de marche nordique. Le Longe-Côte poursuivra ses sorties jusqu'en novembre, pour plus d'informations appeler Marlène HASSOUN au 06 86 82 61 99.



L'Amicale-Vie est l'offre prévoyance de l'Association Nationale de Retraités (ANR). Elle propose à ses adhérents :

- * un capital-décès exonéré d'impôt, de droits de succession (selon la loi de Finances en vigueur)
- * ou une PTIA (Perte totale et irréversible d'autonomie).
- * un fonds social ayant pour vocation d'aider les adhérents confrontés aux aléas de la vie ou victimes de catastrophes naturelles. Une aide financière est attribuée

à la demande de l'adhérent intéressé, après examen du dossier par la Commission « Fonds social ».

UNE OFFRE en 10 points

1. Pas d'examen médical (un simple questionnaire de santé pour les adhérents âgés de plus de 71 ans).
2. Pas de frais de dossier, pas de droits d'entrée
3. Liberté de choix du bénéficiaire (personne physique ou personne morale)
4. Liberté de choix du capital (10 niveaux)
5. Cotisation constante quel que soit l'âge, protection vie entière
6. Doublement ou triplement du capital en cas d'accident
7. Capital exonéré de droits de succession (dans les limites de la législation)
8. Capital versé sous 48 h (après la réception des justificatifs nécessaires)
9. Fonds social de solidarité AMV
10. Accompagnement personnalisé

Vous souhaitez plus d'informations (modalités de souscription, tarifs des cotisations, changement de niveau de capital ou de bénéficiaires) ?

Adresse : Amicale-Vie

Association Nationale de Retraités
13 rue des Immeubles Industriels 75011 Paris
téléphone 01 43 79 21 28 fax : 01 43 79 86 84 mailamicale-vie@orange.fr

NOS ÉQUIPES D'ANIMATIONS

ACTIVITÉS	ANIMATEURS	FRÉQUENCE	LIEU
Sorties culturelle & Voyages	Nicole BORGIALLI 06 83 05 74 67 pborgialli@free.fr	Selon programme	Selon programme
Club randonnées pédestres & Marche nordique	Pierre BOUCHOUX 06 08 30 44 89 bouchoux.pierre@orange.fr	Voir programme sur site internet de l'ANR 06 (https://anr06.com)	En extérieur
TAÏ CHI	Patrick FONTAINE 06 70 16 57 29 patrick.jffontaine@gmail.com	Jeudi 9h45 / 10h30	Parc de Cimiez à Nice
Conversez en Anglais	Lorna WILLIAM 06 62 35 14 89 williams.lorna@orange.fr et Nicole SELAM 06 03 72 43 74 nicolsellam06100@gmail.com	Lundi 10h / 12h	Maison des Associations Nice Garibaldi
Jeux de Cartes	Liliane BESANÇON 06 03 91 28 11 lilyjulia06@gmail.com	Vendredi 14h / 17h	Maison des Associations Nice Garibaldi