

VIVERE SAINT-LAURENT IN FAMIGLIA

LA GARANZIA DI UNA VACANZA DI SUCCESSO !



RIEPILOGO

« Famille Plus » marchio	3
Didascalia	4
Istruzioni per la sicurezza e la salute, servizi di babysitting e noleggio di servizi di puericoltura	5
Dei svaghi per tutti	6-8
Divertirsi come non mai	9-10
Orientarsi sul lato mare	11
I ristoranti etichettati Famille Plus	12 - 13
La ricetta nizzarda	14
Trasporti	15 - 16
Case etichettate Famille Plus	17
Cosa fare in giro	18 - 23
La raccolta differenziata e il mio cane in città	24
I territori con il marchio Famiglia Plus della Metropoli di Nizza Costa Azzurra	25
I nostri contatti	26



SAINT-LAURENT-DU-VAR, DESTINAZIONE ETICHETTATA FAMILLE PLUS



Che cos'è ?

Il marchio Famille Plus è stato creato per permettere alle famiglie con bambini di trascorrere una vacanza che soddisferebbe le loro esigenze. Svaghi, ristoranti e alloggi tutto è riunito per accogliere le famiglie in modo privilegiato.

I 6 impegni del marchio « Famille Plus » :

1. Un'accoglienza personalizzata per le famiglie
2. Degli eventi adattati per ogni età
3. Dal più giovane al più vecchio, prezzi specifici
4. Delle attività per giovani e anziani da fare insieme o separatamente
5. Tutti i negozi e servizi a disposizione
6. Dei bambini coccolati dai nostri professionali

IL GUEYOU, LA MASCOTTE DI SAINT-LAURENT-DU-VAR

*Ciao ! Mi chiamo Gueyou e ti farò scoprire
il tuo luogo di vacanza. Vedrai, a Saint-
Laurent-du-Var tra le attività sportive e i di-
versi svaghi, le idee di uscite e le animazioni,
non potrai annoiarti !*



CITTA AMICHEVOLE DEI BAMBINI DELL'UNICEF In Saint-Laurent-du-Var dal 2016

Il marchio città amica dei bambini è assegnato
alle collettività che si caratterizzano con qualità
delle loro azioni e iniziative all'attenzione dei 0-18 anni



DIDASCALIA



Destinato a tutta la famiglia



Destinato ai bambini



Destinato ai adolescenti



Accessibile col passeggino



Accessibile PMR (persone a mobilità ridotta)



Partner etichettati Famille Plus



Attività raccomandata in caso di forte calore



Attività raccomandata in caso di pioggia



ISTRUZIONI PER LA SICUREZZA E LA SALUTE



La check-list pour une spiaggia tranquilla in famiglia



Saint-Laurent-du-Var dispone di 2 stazioni di pronto soccorso e di diverse zone di sorveglianza.

Durante il bagno, prestare attenzione ai seguenti cartelli :



Balneazione autorizzata e sorvegliata



Balneazione pericolosa ma sorvegliata



Balneazione vietata e pericolosa



Balneazione vietata (inquinamento/specie specifiche)



Balneazione sorvegliata a certi orari



Zona di pratiche acquatiche nautiche

Numeri di emergenza in caso di mali :

- Servizi di emergenza: 15 o 112
- Vigili del fuoco: 18
- Polizia municipale di Saint-Laurent-du-Var: +33 (0)4.92.12.42.22 o 17
- Gendarmeria di Cagnes-sur-Mer: +33 (0)4.93.20.62.04
- SOS bambini scomparsi: 116 000
- Farmacia di turno: 3237 (disponibile 24 ore su 24)
- Medici di guardia a Saint-Laurent-du-Var: +33 (0)4.93.26.95.48 (se non risponde: comporre il 15)
- Servizio di emergenza dell'Istituto Arnault Tzanck: +33 (0)492.27.33.33

Mangiare bene, muoversi di più, come si fa ?

- * Ogni giorno mangia almeno **5** frutti e verdure !
- * Carne, pesce o uova almeno una volta al giorno !
- * 4 latticini ogni giorno !
- * Si beve tantissima acqua, anche quando non hai sete !
- * Si mangia pochi alimenti grassi, salati e dolci !
- * Si fa un po di sport !



SERVIZI DI BABY-SITTING

◇ L'istituzione ALLO MARY POPPINS offre i servizi di una baby-sitter spostandosi da Monaco fino a Théoule-sur-Mer per la custodia dei bambini a casa e anche nei grandi palazzi e alberghi costieri.

22 € / ora + costi per il viaggio 15 €.

Da 3 ore minimo e senza limiti di durata. Lingue parlate: francese/ inglese / spagnolo / italiano.

Contatto col telefono o l'e-mail a Christine ROUQUETTE o Germain A SANG CHU TONG : +33 (0)6 52 96 28 97 allomarypoppins.sud@gmail.com

NOLEGGIO DI MATERIALE DI PUERICULTURA

◇ L'istituzione YAPU-K & CO vi permette di noleggiare tutto il necessario per le vacanze con dei bambini (sci, passeggini, portabebè, vestiti da sci/spiaggia/trekking, tenda ant-UV, giochi e giocattoli...) e approfittate di tutte direttamente sul luogo delle vostre vacanze . Aperto 7j/7 • +33 (0)6 33 26 17 17 • yapukandco.com

DEI SVAGHI PER TUTTI DIVERTIRSI COME NON MAI !

I NOSTRI PARTNER ETICHETTATI FAMILLE PLUS



1. L'AGASC E I SUOI 6 CENTRI (www.agasc.fr)



Il centro AGASC (Associazione di gestione e animazione sportive socio-culturale) è un'associazione che mette a disposizione per il pubblico delle attività sportive, culturale, educative e sociale.

♦ **IL CENTRO NAUTICO / a partire da 6 anni**

416 avenue Donadei - 06700 Saint-Laurent-du-Var

Tel +33 (04).93.07.53.73 Mail : c.nautique@agasc.fr

- Tutto l'anno, allenamenti windsurf e paddle (da 1,30m) e multi-attività con optimist e catamarano (dai 6 anni) durante le vacanze scolastiche
- Lezioni private di windsurf da 6 anni
- Corso privato di Wing Foil da 15 anni e su prenotazione
- Noleggio di paddle, kayak, windsurf, surf, optimist e catamarano
- Sconto Famille Plus : -20% con la presentazione di un volantino tamponato dall'ufficio di turismo



♦ **IL CENTRO EQUESTRE / a partire da 3 anni**

1590 chemin des Iscles - 06700 Saint-Laurent-du-Var

Tel +33 (0)4.92.12.00.57 Mail : c.equestre@agasc.fr

- Attività equestri dai 3 anni (cavalcate su pony, curare l'animale, familiarizzazione con il pony...)
 - « Tirocinio tecnico » alla giornata, da 6/7 anni (diplomi, acrobazia, equifun...)
 - mattina baby pony per i 3-6 anni e alla giornata da 6/7 anni
 - Giri in pony per i 3-7 anni. I genitori possono condividere l'attività con i loro figli.
 - Lezioni di equitazione dai 3 anni, all'anno (qualsiasi livello)

♦ **IL TENNIS PADEL CLUB DI MONTALEIGNE / a partire da 5 anni**

1 chemin de l'Estelle - 06800 CAGNES-SUR-MER

Tel +33 (0)4.93.31.70.89 Mail : tennis@agasc.fr

Tirocinio per i bambini durante le vacanze scolastiche a partire da 5 anni (tennis o multi attività).

=> 3 formule: 2h/giorno, ½ giornata, alla giornata dal martedì al venerdì (tennis ed animazioni sportive: calcio, handball, ping-pong, piscina), stage di padel. Uscite previste per i tirocini settimanali.



♦ **LA CASA DELLA DANZA / a partire da 3 anni e mezzo**

150 Esplanade du Levant 06700 SAINT-LAURENT-DU-VAR

Tel +33 (0)4.93.31.66.65 Mail : m.danse@agasc.fr

- Numerose attività di danza tutto l'anno per i bambini dai 3 anni e mezzo
 - Stage settimanale durante le vacanze scolastiche

♦ **SPAZIO RICREATIVO LES JACQUONS / a partire da 15 anni**

258 Avenue du zoo 06700 Saint-Laurent-du-Var / Tel : +33 (0)4.92.12.20.74

Centro ricreativo per adolescenti tra i 15 ei 17 anni, tutte le vacanze scolastiche e pomeriggi.

Beach volley, calcio, basket, hockey, giochi di società, creazioni audiovisive.



♦ **IL CENTRO CULTURALE LA BOULANGERIE / a partire da 6 anni**

7 place de la Fontaine - 06700 Saint-Laurent-du-Var / Tel +33 (0)4.93.07.37.00

Luogo imperdibile della vita artistica e culturale di Saint-Laurent-du-Var, La Boulangerie è uno spazio di creazione e di educazione artistica che propone una programmazione varia e ricca per adulti e bambini (cucitura, disegno, lingue vive, ceramica, scultura, smalto su rame...).

Trasformato in un luogo culturale nel 1976, l'edificio situato nel cuore del vecchio villaggio era originariamente come suggerisce il nome, un vecchio panificio (il forno è stato conservato lì).

Stage il mercoledì, il sabato e durante le vacanze scolastiche.

2. LA CABANE À LIVRES



Esplanade les Goélands 06700 Saint-Laurent-du-Var / Tel +33 (0)4 92 12 40 60

Tutti i giorni dal 06 luglio al 04 agosto 2024, dalle 9:00 alle 13:00, la Cabane à Livres vi accoglie sull'Esplanade les Goélands (sul mare). Prestito di libri gioventù e animazioni.

3. CLUB VAR MER / a partire da 6 anni



260 Promenade Jacques Yves Cousteau - 06700 SAINT- LAURENT-DU-VAR

Tel +33 (0)4.93.07.98.69 Mail : contact@clubvarmer.fr - www.clubvarmer.fr

Stage ad ogni vacanze scolastiche : windsurf (a partire di 8 anni), catamarano (da 11 a 15 anni e adulti), vela tennis e immersione (8 anni e più), optimist (a partire di 6 anni)

Noleggio: kayak, catamarano, paddle. Lezioni privati di catamarano, paddle e di una barca a vela .

Aperto tutto l'anno.. Sconto Famille Plus di -10% su l'iscrizione del terzo bambino.



4. CROC TA LUDO / a partire da 3 mesi



Relè prima infanzia / Tel +33 (0)4.92.12.42.64

Giochi e animazioni gratuite al mattino per i bambini accompagnati dai genitori, dal lunedì al venerdì (tempo da determinare in base al periodo). Giochi di costruzione, dinette, garage per auto, filastrocche, giochi di marionette, scivolo, lettura, colorazione... Annullato in caso di pioggia. Fino a 6 anni.

Gratuito e senza iscrizione nei giardini del comune (vedere pianificazione sul Facebook della città).

5. LA VILLA (BIBLIO - GAMING) / a partir



228 avenue du Général Leclerc 06700 Saint-Laurent-du-Var / Tel +33 (0)4 92 12 40 61

Speciale adolescente ! Spazio culturale interamente dedicato agli adolescenti con biblioteca manga e altri romanzi, fumetti e riviste. Video giochi e animazioni di realtà virtuale (in estate se c'è un prestatore), giochi di società...

Iscrizione gratuita per la gente locale all'anno o 10 euro per la gente non locale (tassa di iscrizione). Documento d'identità obbligatorio per questo. Fino a 25 anni

6. IL CENTRO COMMERCIALE CAP 3000



217 avenue Eugène Donadeï - 06700 SAINT-LAURENT-DU-VAR / Tel +33 (0)4.93.31.10.35

Eletto «miglior centro commerciale del mondo», Cap 3000 gode di una situazione eccezionale in riva al mare.

Ci sono molti ristoranti con terrazze soleggiate, circa 300 negozi, la più grande farmacia d'Europa e un supermercato. L'area giochi a tema supereroi, il negozio LEGO e La Grande Récré e gli eventi per tutte le vacanze soddisferanno grandi e piccini. Durante l'estate, su prenotazione sono disponibili film all'aperto su un lettino gratuitamente.

7. LA LIBRERIA DI CAP / a partire da 18 mesi



217 Avenue Eugène Donadeï, 06700 Saint-Laurent-du-Var/ Tel: +33(0)4 93 07 89 54

Situata all'interno del Centro Commerciale CAP3000, la libreria propone romanzi, manga, libri scolastici, libri in inglese (...), ma anche eventi puntuali per tutte le età (escluso luglio/agosto). Zona speciale bambini per consultare i libri.

8. LA TETE DANS LES NUAGES / a partire da 2 anni



217 Avenue Eugène Donadeï, 06700 Saint-Laurent-du-Var / Tel : +33(0)4 83 56 04 20

Immerso nel cuore del Centro Commerciale CAP3000, l'area ricreativa « La Tête dans les Nuages » vi accoglie ogni giorno su oltre 1600m² di giochi arcade per trascorrere un momento conviviale in un'atmosfera ludica. Ingresso gratuito, acquisto di unità al posto.

9. AQUA PARK'06 (DIGA SUD) / a partire da 6 anni



Ingresso del porto turistico, Quai Sud/ Tel +33 (0)6.10.09.55.47

Parco acquatico con gonfiabili, boe trainate. Requisiti: minimo 1.10m e saper nuotare. I bambini di età inferiore agli 8 anni devono essere accompagnati da un adulto. Aperto dal 15 giugno al 1° settembre 2024.

10. MY ADVENTURE ST-LAURENT-DU-VAR, UN EXPLORE GAME EN FAMILIA / 6 anni



My Adventure è un gioco di avventura di trama in cui sei l'eroe. In famiglia, tra amici o con squadre di 2-5 giocatori di tutte le generazioni, scoprirai il mare di Saint-Laurent-du-Var da un punto di vista divertente e coinvolgente, attraverso missioni ispiratrici disseminate di enigmi. Questo gioco di pista si gioca tramite un'app per smartphone gratuita, quindi non dimenticare di caricare bene il tuo telefono! Informazioni e noleggio della borsa di esplorazione presso l'Ufficio Informazioni di Saint-Laurent-du-Var.

Spiagge pubbliche :

Tutte le nostre spiagge pubbliche sono sorvegliate da soccorritori durante la stagione estiva

- Spiaggia dei Flots Bleus (dall'handiplage ai ristoranti Flots Bleus)
- Plage dei Vespins (accanto all'Ufficio del Turismo - area attrezzata per cani e picnic)
- Spiaggia Landsberg e spiaggia senza tabacco - **non accessibile alla balneazione** 
-  - Spiaggia Cousteau (di fronte al parcheggio di Cap 3000 sud e al beach volley) - **non accessibile alla balneazione** 



Spiagge a pagamento :

BEACH CLUB

Promenade des Flots Bleus

Spiaggia di sabbia

Catering, musica lounge

Tel +33 (0)4.92.12.95.53 /

+33 (0)6.26.07.23.05

<https://www.beachclubslv.fr>

Orari variabili a seconda della stagione



BAY STAR BEACH AND LOUNGE

Promenade des Flots Bleus

Spiaggia di sabbia

Catering, musica lounge

Tel +33 (0)4.93.14.80.25

<https://www.baystar.fr>

Orari variabili a seconda della stagione

ANDIAMO ALLA SCOPERTA DI SAINT-LAURENT-DU-VAR !

* Nel vecchio villaggio, il percorso pedonale / a partire da 6 anni 



Un percorso storico di circa un'ora e proposto nel vecchio villaggio. In completa autonomia, in qualunque momento grazie a dei cartelli posizionati a dei posti strategici o tramite l'applicazione "Saint-Laurent-du-Var Tourisme". È anche accessibile alle persone con disabilità tramite un circuito specifico all'inizio di "avenue des Pugets" ma anche ai bambini a partire da 6 anni grazie al personaggio "Le Gueyou", che spiega la storia di Saint-Laurent-du-Var con delle parole semplici.

Un opuscolo esplicativo è disponibile all'ufficio di informazioni turistiche o scaricabile dal sito web www.tourisme-saintlaurentduvar.com - "Scoperta/ un po' di storia".

Un libretto di vacanze è consegnato gratuitamente ai piccoli visitatori a partire dai 6 anni per indagare sui misteri di Saint-Laurent-du-Var nella città, nel vecchio villaggio e sul litorale. una ricompensa è alla chiave su presentazione del libretto completato e della frase magica.

Per arrivarci:

In auto : il parcheggio gratuito più vicino è quello del Municipio, situato in fondo al villaggio 222 Spianata del Levante

In autobus : prendere la linea 20 dal centro commerciale CAP 3000, verso Giono/Les Pugets, fino alla fermata "Saint Antoine" (autobus ogni 15 minuti)

* **Trampolini sulla Promenade des Flots Bleus**  

Aperto il mercoledì, il sabato, la domenica fuori dalle vacanze scolastiche e tutti i giorni durante le vacanze, dalle 09:30 alle 18:30. In estate: 16:00-23:00. Da 10 a 50 kg. Gratuito per le persone con disabilità che possono utilizzare il trampolino.

* **« Papi manège » in riva al mare sull'Esplanade les Goélands / a partire da 11 anni** 

Piccola giostra e pesca alle anatre. Aperto tutto l'anno mercoledì, sabato e domenica (escluse le vacanze scolastiche) + 7/7 giorni durante le vacanze scolastiche della zona B e durante tutti i giorni festivi (Natale, 1 gennaio, 1 maggio...), dalle 09:30 alle 18:00. Durante le vacanze scolastiche di luglio e agosto, tutti i giorni dalle 15 alle 23. Chiuso in caso di pioggia.

* **L'animateca della stazione**   

63 allée Pasteur - Tel +33 (0)4.93.19.31.78

Durante le vacanze scolastiche: dal lunedì al venerdì 9.30 - 12.30/ 14.00 - 17.30

Escluse le vacanze scolastiche: dal lunedì al venerdì 16.30 -18/ mercoledì: 14.30/ sabato: 9.00 -12.30.

Chiusura durante le vacanze di Natale e da metà luglio a fine agosto.

* **L'animateca dei Pugets**   

Castillon II - 187 allée des Ecoreuils - Tel +33 (0)4.93.31.21.67

Durante le vacanze scolastiche: dal lunedì al venerdì 09h - 12h/ 14h - 17h Escluse le vacanze scolastiche: dal lunedì al venerdì 16h30 - 18h/ il mercoledì: 9h - 12h/ 12h/ 14h/ 17h Ore 9.30 - 12.30.

Chiusura durante le vacanze di Natale e da metà luglio a fine agosto.

* **Stage sportivi - Team BIHOUE / a partire da 4 anni**  

L'asptt tennis - 274 rue Albert Camus 06700 Saint-Laurent-du-Var/ Tel: +33 (0)6 50 64 91 58/ stages@teambihoue.com

Durante le vacanze scolastiche, stage di tennis con varie formule (multi-attività). Racchetta in prestito inclusa e per tutti i livelli, dal principiante al confermato.

* **SLV CLUB sulla spiaggia Landsberg** 

Il beach club SLV CLUB è accessibile ai bambini dagli 8 ai 14 anni, dall'8 luglio al 9 agosto 2024, dal lunedì al venerdì dalle 9 alle 12 e dalle 14 alle 17. Iscrizione in loco. Tariffa mezza giornata (laurentins: 5€ / non laurentins: 8€). In programma: kayak, zumba, ping-pong, paddle, catamarano, bocce, windsurf...
Fornire un certificato di assicurazione.

* **Spazi per il tempo libero**  

- ◆ Parco per bambini des Cigales - boulevard de Provence
- ◆ Parco per bambini Daudet - Rue Alphone Daudet
- ◆ Parco per bambini des Rascas et Parc des Rascas— Chemin des Rascas
- ◆ Parco per bambini Blanchette Vaïni - Parc Layet
- ◆ Parco per bambini Peter Pan - Allée des Écoreuils
- ◆ Parco per bambini Robin des Bois - Avenue Francis Teisseire
- ◆ Area ricreativa di Montaleigne et parco per bambini - Chemin Fahnestock
- ◆ Giardino pubblico de La Villa - Avenue du Général Leclerc
- ◆ Giardino pubblico du Square Benes
- ◆ Microsito sportivo du Point du Jour - Contre allée Georges Pompidou
- ◆ Sito multi sports des Pugets - Rue Jean Giono
- ◆ Passeggiata des Berges - Parc Départemental des Rives du Var
- ◆ Parco Layet/ Boulodrome - Avenue du 11 Novembre
- ◆ Parco du Jaquon - Chemin du Jaquon
- ◆ Foresta des Pugets - Avenue Jean Aicard
- ◆ Campi da Beach volley - Promenade J-Y Cousteau

* **Nella foresta des Pugets, il percorso sportivo** 

La Foresta « des Pugets » è dotata di impianti sportivi su vari siti. È anche possibile fare una bella passeggiata con pannelli esplicativi sulla la fauna e la flora e anche con dei tavoli da picnic in legno.



Per arrivarci:

In auto : piccolo parcheggio gratuito di fronte all'ingresso della foresta - Avenue Jean Aicard

In autobus : dal centro commerciale CAP 3000, linea 55 direzione La Pompe, fino alla fermata "forêt des Pugets", dove prendere la linea 20 e poi camminare 100m dritto verso il parcheggio della foresta « des Pugets » salendo

* **Il Parco Dipartimentale delle Rives du Var, percorso pedestre, ciclistico e monopattino** 

Il Parco Dipartimentale Rives du Var affianca il fiume Var ai margini per circa 3,5 km.

Dal parcheggio gratuito del Municipio (222 Esplanade du Levant), una bella passeggiata con tavoli da picnic e cartelli esplicativi sulla flora e la fauna è raggiungibile dal centro commerciale CAP 3000 a sud. Incastonata tra il centro commerciale e il Var, l'area ornitologica è visibile dalla spianata in legno con panchine e una zona di osservazione dei uccelli. Si può estendere il lungomare sulla costa e scoprire la tranquillità della spiaggia, per poi arrivare al grande e vivace porto turistico (circa 1,9 km in più).

Lungo il parco al nord, è possibile prendere uno degli attraversamenti pedonali intorno al monumentale Municipio per accedere allo storico Borgo Vecchio (vedi il primo percorso)

* **L'applicazione Laurentine gratuita «SLV Sport & Santé»** 

Disponibile su smartphone con in programma percorsi di salute, running, sfide, attività sportive...



* **L'Acquario Naturele dei Flots Bleus / a partire da 3 anni** 

Tutto l'anno, tra le 9.00 e le 12.00 sulla Promenade des Flots Bleus (di fronte al ristorante Le Blue Bay), scambi e sensibilizzazione sulla scoperta dei pesci, dei uccelli, dell'ecosistema, della fauna e della flora da volontari. Da 3 anni fino a 99 anni !

* **Scuola di immersioni in subacquea / a partire da 8 anni** 

Môle central - Marina / Tel +33 (0)6.12.91.52.15 / <https://psdiving.com/> / psdiving06@gmail.com

Tutto l'anno, è possibile imbarcarsi per una serie di siti di riferimento da Cap d'Antibes a Cap Ferrat, a bordo di Optimus, un'imbarcazione veloce e facile da usare, interamente progettata per il comfort e la sicurezza delle vostre immersioni. Immersioni introduttive, immersioni di esplorazione e corsi di formazione dal Battesimo al Monitorat.

* **La Biblioteca Per Tutti** 

177 corniche Fahnestock - Tel +33 (0)4.93.19.08.65

Martedì, mercoledì e venerdì : 15h-18h / sabato : 10h-12h

Ampia selezione di romanzi, gialli e libri per bambini. Acquisti regolari di novità. Iscrizione 17€ per famiglia. Prestito di libri adulti tra tra 1€ e 1,5€ per 15 giorni. Prestito gratuito per i bambini.

* **La piscina Communale** 

1 555 Esplanade Edmond Jouhaud - Tel +33 (0)4.93.31.61.94

Test anti panique, bébés nageurs, jardin aquatique... Bonnet obligatoire.

* **Il conservatorio di musica e di arte drammatica** 

177av. du Général Leclerc - 06700 Saint-Laurent-du-Var / Tel +33 (0)4.92.12.40.66

discipline diverse proposte all'anno per i locali (teatro, strumento, canto...), o stage durante le vacanze scolastiche aperto a tutti.

* **Racing Zone** 

126 avenue Léon Bérenger / Tel +33 (0)4.93190249

Simulatore di pilotaggio automobilistico.

CAGNES-SUR-MER

ANTIBES

CANNES

Hippodrome
Marineland



ORIENTARSI SUL LATO MARE



Palais Nikaita

Stadio Charles Ehmann

Stadio Allianz Riviera

Località di montagna



LEGGENDA

- Ufficio del turismo
- Beach volley
- Posto di emergenza spiaggia

- Stazione dei taxi
- Bagni pubblici
- Percorso ciclabile
- Zona pedonale

- Spiaggia privata
- Stazione SNCF (treno)

NIZZA

EZE

Aéopporto T1/T2





I RISTORANTI ETICHETTATI FAMILLE PLUS IN CASO DI FAME



Elenco completo degli stabilimenti disponibili su domanda all'ufficio del turismo

1. GOURMET BAR BY NOVOTEL (albergo Novotel)

40 avenue de Verdun - 06700 SAINT-LAURENT-DU-VAR

Tel +33 (0)4.93.19.55.55

Tipo di ristorazione : tradizionale/vegan/Bowls/Planas in estate

Il Gourmet Bar by Novotel offre uno spazio per giochi e disegni da colorare. Un menu per bambini "Kids Menu" a 12.50€ è offerto fino a 12 anni (piatto, dessert, bevanda) con un benvenuto personalizzato, seggioloni, scaldabiberon, un forno a microonde. Zona con fasciatoio. Colazioni gratuite per bambini sotto i 16 anni accompagnati dai genitori. Camere a tariffe preferenziali per famiglie con bambini. Assegni vacanze accettati.



2. CHEZ MAX

167 Promenade des Flots Bleus - 06700 SAINT-LAURENT-DU-VAR

Tel +33 (0)4.93.31.13.30

Tipo di ristorazione : hamburger, tapas, cocktail

Il ristorante Chez Max propone un menù per bambini vario a 10,90 € con piatto + dessert. Il ristorante è dotato di microonde, rialzo e un posto per riporre i passeggini. Assegni Vacanze e biglietti ristoranti accettati. Disegni da colorare e matite a disposizione.

3. LE PLAISANCE

Quai de la Pérouse - 06700 Saint-Laurent-du-Var

Tel +33 (0)4.93.31.24.18

Tipo di ristorazione : tradizionale

Il Plaisance propone un menu per i bambini a 10 € (piatto/bevanda/gelato/sciropo). Seggioloni, rialzo, fasciatoi, disegni e matite sono a disposizione.

4. EDGAR GASTRONOMIC BURGER

Centro commerciale Cap 3000 - 06700 Saint-Laurent-du-Var

Tel +33 (0)4.92.04.88.86

Tipo di ristorazione : hamburger Menu bambino a 9.90 € (4 piatti a scelta + dessert + sciropo). Seggioloni. Disegni e matite colorate a disposizione.

5. L'EVASION

Centro commerciale Cap 3000 - 06700 Saint-Laurent-du-Var

Tel +33 (0)4.92.27.06.50

Tipo di ristorazione: tradizionale e prodotti freschi

Menù bambini 13 € (piatto/pallina di ghiaccio). Seggioloni, rialzo e zona con fasciatoio. Disegni e matite di colori a disposizione.

6. JOSEPH

Centro commerciale Cap 3000 - 06700 Saint-Laurent-du-Var

Tel +33 (0)4.93.07.08.64

Menù per bambini «Menu delle meraviglie» a 13 € (4 piatti a scelta + 3 dessert a scelta + bevanda). Seggioloni, fasciatoio, giochi e disegni con matite colorate.

7. LA CANTINA

Centro commerciale Cap3000 - 06700 Saint-Laurent-du-Var
Tel +33 (0)4.93.26.70.38

Tipo di ristorazione: *wine bar, specialità italiane*

Menu per bambini 13€ (piatto principale/bevanda/dessert). Seggioloni e fasciatoi disponibili. Disegni da colorare sono proposti ai bambini.

8. PANASIA

Centro commerciale Cap3000 - 06700 Saint-Laurent-du-Var
Tel +33 (0)4.93.26.05.38

Tipo di ristorazione: *spacialità asiatique*

Menu per bambini 12.90€ (piatto : pollo halal o manzo + dessert). Seggioloni, rialzi e fasciatoi disponibili. Disegni da colorare a tema asiatico e pennarelli a disposizione.

9. I GIARDINI DEL CAP

Centro commerciale Cap 3000 - 06700 Saint-Laurent-du-Var
Tel : +33 (0)9.51.29.79.36

Tipo di ristorazione : *birreria/creperia*

Les Jardins du Cap propone un menù per bambini con prodotti freschi e caserecci (13.90 €). Set di tavoli da colorare sono offerti ai bambini. Il ristorante è dotato di fasciatoio, rialzi e seggioloni. Il ristorante si trova all'interno del centro commerciale, vicino al negozio LEGO.



PISSALADIÈRE

LA RICETTA NON UFFICIALE



TEMPO DI PREPARAZIONE

Tempo totale :

1h35 min

Preparazione :

30 min

Cottura:

45 min + 20 min

INGREDIENTI

2 cucchiaini di zucchero

Pepe, sale ed erbe di Provenza

1 bouquet guarnito (timo, alloro,
rosmarino)

2 spicchi d'aglio interi

1 kg di cipolla

1 pasta per pane

Delle acciughe

Delle olive nere

Dell'olio d'oliva



FASI DI PREPARAZIONE

Un pissaladière in 30 minuti!

- In una padella grande scalda un po' d'olio d'oliva. Fatti aiutare dai tuoi genitori a tagliare le cipolle a rondelle (o usa cipolle già tagliate). Attento agli occhi, fa piangeeeeeere !
- Una volta che l'olio è caldo, cuoci le cipolle con un po' di sale e pepe, il bouquet guarnito e i 2 spicchi d'aglio. Se lo desideri, puoi aggiungere un po' di zucchero a velo per eliminare l'acidità della cipolla. Lascia cuocere a fuoco basso per 45 minuti, le cipolle devono cuocere senza prendere colore, quindi rimuovere l'aglio e il bouquet guarnito.
- Metti la salsa di cipolle sulla pasta di pane oliata e aggiungi qualche acciuga e olive nere per decorare.
- Per la cottura, conta circa 20 minuti a 180/200 di qualsiasi tipo. Ecco! Una bella pissaladière da gustare tiepida o fredda!



TRASPORTI

2 SOCIETÀ DI AUTOBUS NELL'AREA METROPOLITANA DI NICE COSTA AZZURRA:



Lignes d'Azur è la rete metropolitana di riferimento della Costa Azzurra!

Per prendere gli autobus nell'area metropolitana è necessario possedere una tessera di trasporto che funge da "supporto" ricaricabile. Questa tessera è disponibile presso le filiali delle Lignes d'Azur, nelle stazioni dei tram di Nizza, presso un elenco di rivenditori disponibile sul sito web della Ligne d'Azur e presso le biglietterie automatiche indipendenti (a Saint-Laurent-du-Var, questa tessera può essere acquistata e ricaricata presso il punto Loto del centro commerciale CAP 3000 e presso la biglietteria automatica indipendente sul piazzale principale del centro commerciale (vicino alle fermate degli autobus). La tessera può essere acquistata una volta al prezzo di 2 euro ed è valida per 15 anni. Deve essere ricaricata con il numero di corse necessarie (1,70 euro a corsa - tariffa decrescente in base al numero acquistato). Per effettuare la ricarica, è possibile utilizzare l'applicazione mobile Lignes d'Azur Tickets (solo per Android), oppure i rivenditori sopra citati (distributori, punti vendita, ecc.). È possibile scegliere tra diverse formule: 1 viaggio (Solo), più viaggi (Multi) o un Pass (1 giorno, 2 giorni o 7 giorni, illimitato). Con questa carta è possibile utilizzare anche il tram di Nizza.

⚠ Attenzione: A bordo dell'autobus è disponibile una carta di emergenza ricaricabile se non si è riusciti a pianificare il viaggio in anticipo (carta di emergenza Solo). Il costo è di 4 euro (2 euro per la tessera + 2 euro per il viaggio - tariffa maggiorata e ricarica per 1 solo viaggio).

Più informazioni su : <http://www.lignesdazur.com>

I Tram di Nizza :

Ci sono 3 linee di tram :

- ⇒ Linea 1 : da Nizza Nord "Henri Sappia" a Nizza Est "Hôpital Pasteur".
- ⇒ Linea 2: da Nizza Est "Port Lympia" a Nizza Ovest "Cadam Centre Administratif" o "Aéroport terminal 2" (1 tram su 2 in alternanza).
- ⇒ Linea 3: solo Nizza Ovest, da "Aéroport Terminal 2" a "Saint-Isidore".

Stesso sistema degli autobus delle Lignes D'Azur. I tram e gli autobus possono essere presi con la stessa carta.



Zou! è una compagnia regionale che opera all'interno dell'area metropolitana di Nizza-Costa Azzurra e fornisce viaggi al di fuori dell'area metropolitana (Villeneuve-Loubet, Antibes, Cannes, Grasse, ecc.).

I biglietti possono essere acquistati direttamente dall'autista al prezzo di 2,50 € (o 2,10 € se acquistati in anticipo sull'applicazione ZOU! per smartphone, sul sito zou.maregionsud.fr o presso un ufficio vendite: 17 Av. Thiers o 94 Bd René Cassin, a Nizza).

È possibile effettuare collegamenti tra le linee di autobus Zou! e Lignes d'Azur per un periodo di tempo limitato, **SOLO** all'interno dell'area metropolitana di Nizza Côte d'Azur, comunicandolo al conducente.

Più informazioni su : <https://zou.maregionsud.fr/>

IL TRENO :

- Linea di costa da Cannes a Ventimiglia (confine italiano)
- Linea di Nizza a Saint-Raphaël-Valescure nel dipartimento del Var.

Informazioni e prenotazioni su: www.sncf.fr

I TAXI LAURENTINS : +33 (0)4.93.14.92.92

19 rue Léonard Anfossi - 06700 SAINT-LAURENT-DU-VAR

Saint-Laurent-du-Var dispone di una pista ciclabile asfaltata lunga circa 2,5 km da est a ovest e circa 10 km dall'Ufficio del Turismo al centro di Nizza, lungo il lungomare.

AZIENDE DI NOLEGGIO BICICLETTE LIME & PONY

Lime e Pony sono società di noleggio biciclette self-service, disponibili 24 ore su 24 e 7 giorni su 7 in 12 città dell'area metropolitana di Nizza: Beaulieu-sur-Mer, Cagnes-sur-Mer, Carros, Drap, La Gaude, La Trinité, Saint-André-de-la-Roche, Saint-Jean-Cap-Ferrat, Saint-Jeannet, Saint-Laurent-du-Var, Nizza e Vence.

In tutte queste città sono state installate 2.000 biciclette, il 90% delle quali a pedalata assistita.

Individuate e noleggate facilmente le biciclette tramite le applicazioni mobili dedicate di Lime e Pony. Create il vostro account, scansionate il codice QR sulla bicicletta e seguite le istruzioni. Le biciclette devono essere restituite nelle aree di parcheggio designate sulle rispettive applicazioni.

Caratteristiche delle biciclette elettriche :

- ◆ Accessibile a partire dai 16 anni
 - ◆ Velocità limitata a 25 km/h.
 - ◆ Autonomia fino a 100 km - ricarica della batteria elettrica notificata nell'applicazione.
- Tecnologia all'avanguardia per un'esperienza di guida senza precedenti.

Sono state introdotte zone con un limite di velocità di 10km/h. Se si entra nella zona a una velocità superiore, il veicolo rallenta automaticamente. Queste zone sono indicate sull'applicazione.

In arrivo : tariffe ridotte per i titolari di abbonamenti Lignes d'Azur e Scolabus



800 biciclette elettriche a pedalata assistita a 2 posti e 200 muscle bike.
Per completare il viaggio, è necessario restituire la bicicletta in un'area di parcheggio indicata sulla mappa con una **P rosa**.
Contatto: +33(0)2 52 33 18 95 / aide@getaponyv.com / <https://getaponyv.com/fr>



1.000 biciclette a pedalata assistita.
Per completare il viaggio, è necessario restituire la bicicletta in un'area di parcheggio indicata sulla mappa da una **P blu**.
Contatti: +33(0)9 74 59 52 21 / support@li.me / Tramite l'applicazione Lime nella sezione "Aiuto" / <https://www.li.me/>
Per segnalare un veicolo Lime parcheggiato in modo errato: signalement-nicecotedazur@li.me



OX6GÈNE

217 Avenue Eugène Donadei - 06700 Saint-Laurent-du-Var / Tel : +33(0)4 93 89 70 87

Centro commerciale Cap 3000 - vicino al caffè Colombus

Noleggio, vendita e riparazione di biciclette

LES ROSALIES D'ENERGY LOCATION

Promenade de la Plage (stand sul lungomare di fronte all'Ippodromo di Cagnes-sur-Mer)

Tel : +33 (0)6 62 98 38 84

Noleggio Rosalie da 2 a 9 persone (+ 2 bambini da 3 a 5 anni al massimo nella parte anteriore). Possibilità di noleggiare biciclette, bici elettriche, tandem, go-kart (...) e strutture gonfiabili. Aperto tutti i giorni durante le vacanze scolastiche e i fine settimana e i giorni festivi nel resto dell'anno.





CASE ETICHETTATE FAMILLE PLUS

Elenco completo degli stabilimenti su richiesta presso l'Ufficio del Turismo



1. ALBERGO HOLIDAY-INN PORT-SAINT-LAURENT ****

Standard Promessa IHG Clean

167 Promenade des Flots Bleus - 06700 SAINT-LAURENT-DU-VAR

Tel +33 (0)4.93.14.80.00

L'Holiday Inn dispone di 14 camere per i bambini e i loro genitori. Colazione gratuita per i bambini sotto i 13 anni. Attrezzature per bambini. Si accettano buoni vacanza.



2. ALBERGO NOVOTEL NICE AEROPORT CAP 3000 ****

#All Safe

40 avenue de Verdun - 06700 SAINT-LAURENT-DU-VAR

Tel +33 (0)4.93.19.55.55

www.novotel.com h0414@accor.com

All'interno dell'hotel è possibile utilizzare la piscina o giocare a ping pong e badminton. La colazione è gratuita per i bambini sotto i 16 anni (1 adulto = 1 bambino). Attrezzature per bambini disponibili su richiesta.

3. RESIDENZA PIERRE ET VACANCES ****



Aderente alla Carta di Sicurezza Plus

273 avenue saint Hubert - 06700 SAINT-LAURENT-DU-VAR

Tel +33 (0)4.92.12.35.35

www.pierreetvacances.com - reception.stlaurentduvar@groupepvcp.com

Nella residenza Pierre & Vacances sono disponibili una piscina e aree gioco all'aperto (tavoli da ping-pong, campi da tennis) per le famiglie. Deposito biciclette gratuito. Attrezzature per bambini (culla, scaldabiberon, ecc.) disponibili su prenotazione. Angolo bambini sorvegliato da una telecamera vicino alla reception. Si accettano buoni vacanza.



4. VILLA LE PRINTEMPS *** (Gîtes de France : N°7607)

149 avenue des Mimosas - 06700 SAINT-LAURENT-DU-VAR

Tel +33 (0)7.67.58.70.98 - www.villa-le-printemps.com / abritel.fr

Villa con giardino a livello. Prestito di giochi da tavolo, libri, fumetti (disinfettati ogni volta).

Villa con una camera da letto con letto matrimoniale, due letti singoli e una culla su richiesta (4 persone + 1 bambino). Passeggino disponibile. L'alloggio è inoltre dotato di forno a microonde, seggiolone, vaschetta per bambini, WiFi e aria condizionata reversibile.

Parcheggio privato.

5. PLEIN SUD TOURISME *



226 avenue des Pignatières 06700 SAINT-LAURENT-DU-VAR

Tel + 33 (0)6 15 96 57 80

Bilocale per 4 persone, al piano terra con terrazza. Vicino a tutti i servizi.

Culla, kit di stoviglie per bambini su richiesta, seggiolone, bagnetto, Wifi, aria condizionata.

Giochi da tavolo e libri.



COSA FARE I GIRO ?



GIOCHI E PARCHI DI DIVERTIMENTI :

- **La passeggiata del Paillon a Nizza per tutte le età**   

Conosciuto anche come la coulée verte. Un giardino di 12 ettari in pieno centro, vicino a Place Masséna, con giochi in legno per bambini fino a 12 anni e uno specchio d'acqua di 3.000 m² dotato di 128 getti d'acqua.

- **Quattro parchi di animazione per tutte le età a Villeneuve-loubet** 

1. Pitchoun Forest : arrampicata sugli alberi (da 3 anni e 1 metro) 
2. Le Bois des Lutins : vari giochi con scivoli, case sugli alberi, reti sugli alberi... (da 2 anni) 
3. Le Village des Fous : giochi sensazionali (da 4 anni) 

2559 Route de Grasse, Espace Loisirs La Vanade - 06270 Villeneuve-Loubet / Tel +33 (0)4.92.02.06.06

4. Canyon Forest : accrobranche (a partire da 8 anni e 1,30 metri) - **Attenzione, accesso difficile per le sedie a rotelle**  

Il Parco Avventura è accessibile dopo una passeggiata di 2,5 km attraverso il parco Rives du Loup. Il noleggio di biciclette è disponibile a pagamento e su prenotazione.

26 Route de Grasse - 06270 Villeneuve-Loubet / Tel +33 (0)4.92.02.88.88

- **La Collina del Castello**  

Grande parco con area giochi per bambini, magnifica vista sulla città, cascata, rovine e snack bar.

- **Il Ludiparc a La Colle-sur-Loup**  

1401, Route Pont de Pierre - 06480 La-Colle-sur-Loup / Tel : +33 (0)4.93.59.14.14 / ludi-parc@orange.fr
4,8 ettari di parco con area giochi, minigolf, arrampicata, trampolino, gonfiabili, giochi d'acqua, fiume, ristorante e snack bar...

- **Kids City Nice**   

590 route de Grenoble (rdc du Forum Lingostière) / Tel : +33 (0)4.92.01.10.70

Aree gioco per bambini da 0 a 12 anni. Calzini obbligatori per grandi e piccini!

- **Jump Area 06 / a partire da 18 mesi**    

47, av. Maurice Chevalier - 06150 Cannes / +33(0)7 67 47 92 80 / <https://www.jumparea06.com/>

L'Area Jump 06 è costituita da 850 m² di trampolini e da un percorso ninja. Fate il pieno di sensazioni sui trampolini, sul campo da dodgeball, su 2 canestri da ginnastica per incredibili schiacciate...

Il biglietto d'ingresso Jump Area 06 dà accesso all'intero parco per una sessione di 1 o 2 ore (a partire dai 6 anni). Si consiglia vivamente la prenotazione online. Calze da trampolino € 2 in più.

Alcune sessioni sono riservate ai bambini dai 18 mesi ai 6 anni, accompagnati da un adulto maggiorenne.

- **Le Vesùbia Mountain Park / a partire da 5 anni**    

Allée du Docteur Fulconis, 06450 Saint-Martin-Vésubie / Tel : +33 (0)4.93.23.20.30

Area sportiva coperta (piscina, arrampicata e fun climbing (dai 5 anni), percorso avventura (dagli 8 anni), canyoning (dai 9 anni)). Chiusura annuale a gennaio.

- **Laser Game Evolution / a partire da 6 anni**     

604 bd du Mercantour, 06200 Nice / Tel : +33 (0)4.92.29.19.00

Area giochi per grandi e piccini con 600 m² di labirinto e pistola laser. Giochi di 20 minuti, minimo 5 giocatori e su prenotazione.

- **Salto trampoline Arena a Mougins / a partire da 3 anni**     

609 route de la Roquette - 06250 Mougins / Tel : 04.93.12.16.51

<https://www.trampoline-indoor.fr/parc-mougins>

Un'esperienza unica in cui è possibile eseguire trucchi acrobatici sui trampolini, giocare a basket e dodgeball insieme, saltare nel box di schiuma e nell'airbag... Un biglietto d'ingresso Salto dà accesso all'intero parco per una sessione di 1 ora. Tempo aggiuntivo disponibile su richiesta. Per bambini a partire dai 6 anni.

Alcune sessioni sono riservate ai bambini dai 3 ai 5 anni (kid time). Calze da trampolino 2 € in più.

- **La Bulle - Bar a giochi / a partire da 4 anni**     

4 rue du Pont Vieux, 06300 Nice / Tel : +33 (0)9.84.06.77.93

Bar di giochi da tavolo con oltre 500 giochi disponibili per tutte le età. Snack e bevande disponibili in loco.

CINEMA

- **Cagnes-sur-Mer** : 5 avenue de Verdun et 119 Avenue des Alpes
(Centro commerciale Polygone Riviera)
- **Nice** : 604 route de Grenoble « Pathé Nice Lingostière »
- **La Gaude** : La Cupola 7382-7446 Route de Cagnes



I PARCHI NATURALI E ANIMALI :

- **Il parco Phoenix a Nizza** 🧑🧒👶

405 Promenade des Anglais - 06200 Nice / Tel parc : +33 (0)4.92.29.77.00

Parc animalier avec serre comprendant des oiseaux et des reptiles, aire de jeux en bois pour les enfants, snack.

- **La Riserva des Monts d'Azur** 🧑🧒

2651 route des châteaux - 06750 Thorenc / Tél +33 (0)4 93 60 00 78 / (0)9 65 03 49 68

800 specie animali (di tutti i tipi: mammiferi, uccelli, insetti, pesci, ecc.), che vagano liberamente nei 700 ettari della Riserva. Cavalli, cinghiali, bisonti e molti altri animali faranno la gioia di grandi e piccini durante i safari guidati, a piedi, in carrozza, con le racchette da neve o in slitta.

- **I parchi dipartimentali di Vaugrenier et La Valmasque** 🧑🧒👶

Diversi ettari di verde con aree gioco, area birdwatching e/o percorso fitness.

1. Parco Vaugrenier : 946 Avenue de Vaugrenier - 06270 Villeneuve-Loubet

2. Parco de la Valmasque : strada dipartimentale - 06250 Mougins/Valbonne

- **L'isola di Sainte-Marguerite per picnic e nuoto** 🧑🧒👶🌞🌊

Riviera Lines : <http://www.riviera-lines.com> - Tel +33 (0)4 92 98 71 31

Trans Côte d'Azur : <http://www.trans-cote-azur.com> - Tel +33 (0)4 92 98 71 30

- **Il parco naturale sottomarino di Villefranche-sur-Mer / a partire da 6 anni** 🧑🧒👶🌞🌊

32 Avenue du Général de Gaulle, Port de la Darse 06230 Villefranche sur Mer / Tel:+ 33 (0)6.18.79.62.33 / contact@randeauevasion.com

Da maggio a ottobre, il centro immersioni Rand'eau évasion offre corsi introduttivi e uscite in piccoli gruppi in diversi siti. Attività su prenotazione.

- **La Grotta della Baume obscure** 🧑🧒👶🌞🌊☔

2600 chemin Sainte Anne, 06460 Saint-Vallier-de-Thiery / Tel : +33 (0)4.93.42.61.63

Visita gratuita con caccia al tesoro. Grandi e piccini saranno sfidati a risolvere indovinelli e a trovare personaggi nascosti.

- **Spazio Marineland** 🧑🧒👶🌞🌊♿👶

Spazio Marineland - 306 Avenue Mozart - 06600 Antibes / Tel : +33 (0)4.93.33.49.49

⇒ Marineland (parco zoo marino),

⇒ Aquasplash (parco acquatico con scivoli)

⇒ Adventure Golf (mini golf) per tutte le età a Antibes

Apertura variabile ai diversi stabilimenti.

- **Il Parco Alpha** 🧑🧒👶🌞🌊

Chalet di benvenuto del Boréon, Route Départemental 89, 06450 Saint-Martin Vésubie

Tel : +33 (0)4 93 02 21 11 / contact@alpha-loup.com

Visite guidate al Parc Alpha, su prenotazione e con partenza dallo chalet della reception ogni giorno alle 10.30, alle 11.00 e alle 13.30, con osservazione di lupi, camosci e stambecchi, laboratori e discussioni con i custodi, pausa merenda e shopping nella vacherie de la forge.



I MUSEI E FORTIFICAZIONI :

- **Il Museo dipartimentale delle arti asiatiche di Nizza** 🧑🏫👤🌡️☔

405 Promenade des Anglais - 06200 Nizza / Tel : +33 (0)4 89 04 55 20

Laboratori per adulti/bambini (bambini accompagnati da un adulto) di calligrafia cinese a partire dai 10 anni, visite guidate, corsi di pittura cinese, cerimonia del tè giapponese per tutti, attività varie a seconda della mostra in corso... Mostre permanenti e temporanee durante tutto l'anno. All'ingresso è disponibile un libretto di giochi divertenti.

Prenotazioni e informazioni su www.maa.departement06.fr

- **Il Museo Matisse a Nizza** 🧑🏫👤🌡️☔

164 Avenue des Arènes de Cimiez, 06000 Nizza / Tel +33 (0)4 93 81 08 08 / www.musee-matisse-nice-org

Spazio creativo gratuito per grandi e piccini nel grande parco delle arene di Cimiez (possibilità di picnic nel parco), laboratori e corsi d'arte pratici per bambini dai 5 ai 12 anni.

Le visite e i laboratori devono essere prenotati in anticipo.

- **Il Castello museo Grimaldi a Cagnes-sur-Mer** 🧑🏫👤🌡️☔

Place du château—Haut de Cagnes - 06800 Cagnes-sur-Mer - Tel : +33 (0)4.92.02.47.35

Il castello del XIV secolo, situato in cima alla città vecchia, è stato trasformato in museo nel 1946.

- **Museo di Paleontologia Umana di Terra Amata a Nizza** 🧑🏫👤🌡️☔

25 Bd Carnot, 06000 Nice / Tel : +33 (0)4.93.55.59.93

Situato sul sito dell'omonimo scavo, che ha restituito alcuni dei focolari più antichi della storia dell'umanità, risalenti a 400.000 anni fa, il museo invita i visitatori a scoprire la vita dei primi abitanti di Nizza.

- **Museo oceanografico di Monaco** 🧑🏫👤🌡️☔

Avenue St Martin / Tel : +377.93.15.36.00

Il Museo Oceanografico di Monaco vanta uno dei più antichi acquari del mondo. Scoprite le vasche appositamente progettate per ricreare ecosistemi complessi, in cui ogni specie ha un proprio ruolo. Dal Mediterraneo ai Tropici, dalle tartarughe marine ai coralli fluorescenti, lasciatevi affascinare dalle meraviglie sottomarine del nostro Pianeta Blu.

- **Museo Nazionale dello Sport a Nizza** 🧑🏫👤🌡️☔

Stade Allianz Riviera 6 allée Camille Muffat / Tel : +33 (0)4.89.22.44.00

Il Museo Nazionale dello Sport è l'unico museo nazionale francese dedicato ai temi dello sport e vanta enormi collezioni che comprendono quasi 45.000 oggetti e 400.000 documenti.

- **Le Fort Carré à Antibes** 🧑🏫👤

Avenue du 11 Novembre - 06600 Antibes - / Tel +33 (0)4.92.90.52.13

Situato sulla penisola di Saint-Roch, il forte è costruito su una roccia a 26 metri di altezza. Il suo sentiero offre una vista panoramica a 360 gradi. Il forte è circondato da un parco protetto di 4 ettari con flora e fauna tipiche del Mediterraneo. Sono disponibili visite guidate. Chiuso il lunedì e in caso di maltempo.



LE ATTIVITÀ « SCIVOLA » :

- **La pista di pattinaggio Jean Bouin a Nizza / a partire da 2 anni**    

Patinoire complexe Jean Bouin, 2 rue Jean Allègre / Tel +33 (0)4.97.13.27.18

Ogni domenica mattina dalle 9.00 alle 12.00 (eccetto luglio e agosto), c'è una sessione speciale per famiglie chiamata "Il giardino di ghiaccio", con un percorso divertente e attraente per i bambini dai 2 agli 8 anni. Gratis per i bambini sotto i 4 anni. La pista rimane aperta a tutti allo stesso orario.

LES AUTRES ACTIVITÉS :

- **La pasticceria Florian a Nizza**   

Adirizzo di Nizza : 14, quai Papacino - 06300 Nizza / Tel +33 (0)4.93.55.43.50

Visite guidate gratuite in 5 lingue, senza necessità di prenotazione, per assistere alla trasformazione dei migliori frutti e fiori della regione in prodotti dolciari.

Visita alla fabbrica di dolci con presentazione del negozio e degustazione (3 negozi: Nizza, Grasse e Pont-du-Loup). Aperto tutti i giorni, ma meglio se durante la settimana.

- **Corsi di cucina gourmet a Nizza / a partire da 3 anni**    

75 av. Borriglione - 06100 Nizza - www.cuisinesurcours.com / Tel : +33 (0)4.93.96.17.29

Un'introduzione alla cucina gourmet con prodotti di stagione. Laboratori per genitori e figli dalle 15.30 alle 16.30 di sabato per bambini dai 3 ai 6 anni e adolescenti dai 12 ai 16 anni (a rotazione ogni due sabati).

Le lezioni per bambini durano 1 ora e quelle per adolescenti 1 ora e 30 minuti.

Laboratori su prenotazione (inglese parlato). Aperto durante le vacanze scolastiche e in luglio.

- **L'hipodromo della Costa Azzurra a Cagnes-sur-Mer**   

2 boulevard John Kennedy - 06800 Cagnes-sur-Mer / Tel +33 (0)4.92.02.44.44

Corse di cavalli, salti e intrattenimento per bambini durante le riunioni estive e invernali. Ingresso gratuito per i minori di 18 anni.

- **La maison Molinard (profumeria) / a partire da anni**   

Nice : 20, rue Saint François de Paule, 06300 Nizza / Tél : +33 (0)4 93 62 90 50

Grasse : 60 bd Victor Hugo, 06130 Grasse / Tél : +33 (0)4.93.36.01.62

Visite al museo e scoperta dei prodotti di profumeria, laboratori creativi "Le Petit Parfumeur" (20 minuti per i bambini dai 4 agli 8 anni e 1 ora per i bambini dai 9 anni in su).

- **Il Monaco Tour a Monaco** 

Avenue Saint-Martin, 98000 Monaco / Tel :+33 (0)7.92.05.64.38

Scoprite il Principato dal Bateau Bus (banchina nord di Port Hercule).

Questo tour di un'ora permette di scoprire i luoghi più belli di Monaco: il Porto con il circuito del Gran Premio di Formula 1, la Piazza del Casinò, gli hotel di lusso, la leggendaria Rocca con il Palazzo del Principe, il Museo Oceanografico, il Giardino Giapponese... Attenzione! L'autobus turistico non serve il Jardin Exotique (chiuso per ristrutturazione nel 2024)! Disponibile in 8 lingue grazie alle audioguide e dotato di tetto panoramico, il trenino circola tutti i giorni dell'anno tranne il 19/11 e durante il Gran Premio di Formula 1, il Gran Premio Storico e il Gran Premio Elettrico. Frequenza: ogni mezz'ora. Può essere preso in qualsiasi punto del percorso (ad esempio alla stazione SNCF - place St Dévote - fermata n. 6).

LES STATIONS DE SKI ET MONTAGNE DE LA METROPOLE NICE CÔTE D'AZUR

AURON / ST-DALMAS & ST-ETIENNE DE TINEE (circa 1h30 in auto)



* Ufficio del turismo di Auron: Grange Cossa - 06660 Auron / Tel: +33 (0)4.93.23.02.66

* Ufficio del turismo di Saint-Etienne-De-Tinée: Place de l'église - 06660 Saint-Etienne-De-Tinée / Tel: +33 (0)4.93.02.41.96

La stazione di Auron dispone di un centro ricreativo, di un cinema e di circuiti per mountain bike e bici elettriche per bambini a partire dai 7 anni (percorsi per tutti i livelli), oltre a un'ampia offerta di attività all'aperto in estate: elastic'trampo, passeggini, boot camp dai 10 anni, mini boot camp dai 6 agli 8 anni, arrampicata dai 5 anni, area famiglia dai 3 anni (strutture gonfiabili, giostre, pedalò...), tennis dai 4 anni, yoga dai 7 anni, piscina coperta con area bambini...

A Saint-Dalmas-le-Selvage, troverete sentieri escursionistici nel Parco Naturale del Mercantour.

Infine, a St-Etienne-de-Tinée si trovano la bergerie de la Belloire, la place aux jets d'eau, un lago per la pesca alla trota e un lago balneabile con pagaia e kayak, il petit bois des lutins per i bambini a partire dai 2 anni, l'escursione al Col de la Bonnette, la funivia Pinatelle che collega St Etienne ad Auron... Le attività e gli eventi iniziano a metà giugno.

ISOLA 2000 (circa 1h30 in auto)



Ufficio informazioni turistiche: Immeuble Le Pelevos (06420) / Tel: +33 (0)4.93.23.15.15

info.isola@nicecotedazurtourisme.com

Vengono organizzati numerosi eventi, tra cui concerti, spettacoli di magia, passeggiate con i pony, piscina, tennis, arrampicata, trampolini, visita a una fattoria con degustazione di prodotti locali e mungitura degli animali in estate ("Le goûter en Alpage"), cinema, giro in slitta trainata dai lupi...

Durante le vacanze scolastiche sono disponibili club per bambini e ragazzi. Attività per i bambini sotto i 5 anni tutto l'anno (libri, giochi, musica, pittura, modellazione dell'argilla, ecc.)

LA COLMIANE (circa 1h in auto)



Ufficio del turismo di La Colmiane - 06420 Valdeblore / Tel. +33(0)4.93.23.25.90

La località di La Colmiane offre una vasta gamma di attività invernali ed estive, tra cui proiezioni cinematografiche, escursioni, zip-lining (il più lungo di Francia), una pista estiva per slittini lunga quasi 2 km, una piscina, parapendio, arrampicata, mountain bike, minigolf, arrampicata sugli alberi, trampolini, passeggiate con asini/cavalli/pony/carrozze, minigolf, visite alle fattorie e relax presso la residenza Adrechas (jacuzzi/hammam). Attività per bambini a partire dai 3 anni. Prenotazione obbligatoria.

TURINI CAMP D'ARGENT (a circa 1h de Nizza in auto)



Ufficio del turismo di La Bollène-Vésubie/ Tel. +33(0)4.93.03.60.54 e +33(0)4.93.54.15.45

Godetevi le sensazioni di libertà con la vostra famiglia nel parco del Mercantour al Col de Turini: giochi gonfiabili - déval'kart - trotin'herbe - tubing slittino - l'authion loop - passeggiate sportive ed escursioni. Aperture delle attività estive sul sito il 06 luglio.

Altre attività per bambini sono disponibili su: <http://www.recreanice.fr>



LA RACOLTA DIFFERENZIATA, UN GESTO ECOLOGICO !

La città di Saint-Laurent-du-Var è una località turistica classificata con un impegno per lo sviluppo sostenibile e ha ricevuto numerosi riconoscimenti per i suoi sforzi:

- ◆ Tre volte premiato con il premio A.G.I.R (Action Globale Innovante pour la Région) per l'energia
- ◆ Classificazione a 3 fiori nel concorso nazionale per le città e i villaggi in fiore

PER AIUTARVI A FARE LA COSA GIUSTA, CHIEDETE LA GUIDA ALLO SMISTAMENTO ALL'UFFICIO INFORMAZIONI TURISTICHE

**DANS LA RUE PRÈS DE CHEZ VOUS
OU À VOTRE DOMICILE**

Les emballages Bien vidés, sans être lavés et en vrac.

Emballages en carton et briques alimentaires
Bouteilles et flacons en plastique
Emballages en métal (acier et aluminium)
Les autres emballages en plastique

DANS LA RUE PRÈS DE CHEZ VOUS

Le verre Bien vidé, sans bouchon.

Bouteilles
Pots et bocaux

La Métropole Nice Côte d'Azur reverse 20% des recettes de la Collecte du verre à la ligue contre le cancer.

À VOTRE DOMICILE

Les ordures ménagères résiduelles

Dans les bacs à couvercle marron.

DANS LA RUE PRÈS DE CHEZ VOUS

Les papiers Sans film plastique.

Prospectus, publicités, journaux, magazines, catalogues, annuaires
Enveloppes, livres, courriers, impressions, photocopies, cahiers

À LA DÉCHETTERIE

Les déchets dangereux et volumineux

Piles, batteries, huiles de vidange, peintures et solvants, pneus, ferrailles, encombrants

Déchets d'équipements électriques et électroniques

Petits et gros électroménagers (appareils frigorifiques ou de cuisson...), écrans, électronique et téléphonie

AU COMPOSTEUR

Déchets de jardin et de cuisine



IL MIO CANE IN CITTA



12 aree per cani pulite regolarmente



1 parco per cani nel Parc Layet per consentire ai cani di circolare liberamente



1 spiaggia per cani all'ingresso della città, vicino all'Ufficio del Turismo (spiaggia di Vespins).



Distributori di sacchetti gratuiti riforniti una volta alla settimana ! **Tutti ai vostri sacchetti !**



I cani devono essere tenuti al guinzaglio o rischiano una multa di 450 euro !



NICE CÔTE D'AZUR

TOUS LES TERRAINS DE JEUX !
MER • MONTAGNE • NATURE • VILLE



NICE | CAGNES-SUR-MER | SAINT-MARTIN-VÉSUBIE | ISOLA ✳ ISOLA 2000
SAINT-LAURENT-DU-VAR | SAINT-ÉTIENNE-DE-TINÉE ✳ AURON | VENCE

Un territoire d'exception
pour un séjour en famille !



Infos sur  explorenicecotedazur.com



UFFICIO TURISTICO METROPOLITANO DI NICE COTE D'AZUR

Ufficio del turismo di Saint-Laurent-du-Var

I NOSTRI CONTATTI :



I NOSTRI MARCHI DI QUALITÀ :

