À DÉCOUVRIR LORS DE VOS BALADES 1 Église Saint-Pierre 3) Église Saint-Nicolas Square Jules Dorget 4

Ces balades ont été conçues avec des seniors nancéiens dans le cadre d'un projet mené par l'Office Nancéien des Personnes Âgées en lien avec la Ville de Nancy. Elles proposent des itinéraires sécurisants aux personnes souhaitant pratiquer la marche dans leur proximité de vie, quel que soit leur niveau.

Parc de Saurupt (5

QUELQUES CONSEILS POUR VOS BALADES

- Pensez à prendre une petite bouteille d'eau avec vous
- Utilisez des chaussures adaptées à la marche et des vêtements confortables
- Portez une attention particulière à la météo :
- Evitez de sortir aux heures les plus chaudes en été
- Pensez à couvrir votre tête et vos épaules en cas de forte chaleur
- Ne partez pas trop tard pour ne pas vous laisser surprendre par la tombée de la nuit
- Limitez vos déplacements pendant les grands froids pour éviter les risques de chute liés à la neige et au verglas
- · Repérez votre parcours en amont pour situer les endroits de repos et les sanitaires

QUELQUES CONTACTS UTILES

 Office Nancéien des Personnes Âgées 105, Rue Saint Georges à Nancy Tél: 03 83 32 05 40

 Résidence Autonomie Pichon 26, Rue de l'Abbé Grégoire à Nancy Tél: 03 83 37 00 96

• SAMU: 15 Police: 17

• Pompiers: 18





DE BALADES EN CAUSERIES





4 ITINÉRAIRES DU PARC OLRY **AU QUARTIER SAURUPT**

4 ITINÉRAIRES DU PARC OLRY AU QUARTIER SAURUPT



Point de départ et d'arrivée des différents itinéraires, la Résidence Autonomie Pichon est un véritable lieu ressource sur le quartier. Entre Histoire de France et Art nouveau, les balades proposées permettent à chaque personne de (re)découvrir le quartier tandis que les différents espaces verts permettent de faire des pauses régulières pour en apprécier le calme.

Itinéraire 1 : facile



Durée : 10 à 20 min Distance : 0,8 km Capacité de marche sans arrêt : 5 min

Balade accessible à tous, permettant d'observer l'église Saint-Pierre (dont le deuxième clocher n'a jamais été achevé) et de rejoindre le parc Olry qui offre un cadre propice au repos au pied de magnifiques arbres.

Itinéraire 2 : moyen



Durée : 20 à 60 min Distance : 1,3 km Capacité de marche sans arrêt : 15 min

Balade sans difficulté, proposant de rallonger le premier itinéraire en rejoignant les voies de chemin de fer pour retourner à la résidence.

Itinéraire 3 : moyen



Durée : 30 à 70 min Distance : 1,7 km Capacité de marche sans arrêt : 20 min

Balade similaire à la précédente, proposant de longer le Quai de la Bataille et d'accéder au square Varcolier par une passerelle passant au-dessus de la voie ferrée (\(\Lambda\) escaliers uniquement).

Itinéraire 4 : bons marcheurs



Durée : 60 à 90 min Distance : 2,7 km Capacité de marche sans arrêt : 25 min

Balade conseillée aux bons marcheurs amateurs d'Art Nouveau qui pourront contempler la grille du square Jules Dorget ainsi que les somptueuses villas du quartier Saurupt qui mettent en lumière le style École de Nancy.