



Parc Bonnet 1



2 Porte Désilles



4 Place Godefroy de Bouillon

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.

## 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 Boudonville**  
1, Rue St Bodon à Nancy  
Tél : 03 83 96 40 24
- **SAMU** : 15
- **Police** : 17
- **Pompiers** : 18

# DE BALADES EN CAUSERIES



novembre 2021 / © photographies : ONPA, Nancyphile et Ville de Nancy

## 4 ITINÉRAIRES ENTRE LE PARC BONNET ET LA PORTE DÉSILLES





# 4 ITINÉRAIRES ENTRE LE PARC BONNET ET LA PORTE DESILLES



Point de départ et d'arrivée, la Résidence Autonomie Boudonville est un véritable lieu ressource sur le quartier. Le parc Bonnet, écrin de verdure attachant à la résidence, représente l'unique point commun aux 4 parcours proposés. Laissez-vous guider ensuite par l'Histoire, l'Art et l'Architecture des différents itinéraires.

## Itinéraire 1 : très facile



**Durée : 10 à 25 min**    **Distance : 0,7 km**  
**Capacité de marche sans arrêt : 5 min**  
 Balade accessible à tous qui traverse le parc Bonnet et qui propose de remonter une partie de la rue Jacquinot pour rejoindre la résidence. Détour possible par la Poste de Boudonville.

## Itinéraire 3 : moyen



**Durée : 40 à 60 min**    **Distance : 2,2 km**  
**Capacité de marche sans arrêt : 25 min**  
 Balade sans difficulté permettant de passer devant la porte Désilles avant de rejoindre la Médiathèque et le théâtre de la Manufacture. Retour à la rue Isabey par le tunnel passant sous la voie de chemin de fer.

## Itinéraire 2 : facile



**Durée : 30 à 45 min**    **Distance : 1,5 km**  
**Capacité de marche sans arrêt : 10 min**  
 Balade sans difficulté qui propose de parcourir la rue Isabey pour en contempler les maisons. Plusieurs ruelles autour de l'avenue Milton vous permettent de rejoindre le boulevard Albert 1<sup>er</sup>.

## Itinéraire 4 : long



**Durée : 60 à 90 min**    **Distance : 2,7 km**  
**Capacité de marche sans arrêt : 30 min**  
 Balade similaire à la précédente mais allant jusqu'à la place Godefroy de Bouillon avant de contourner ou traverser la faculté de lettres. Un petit passage derrière la piscine universitaire vous permettra de rejoindre la résidence.

