

OCTOBRE 2022

## Mises à jour

### 1. Visite de la Ville d'Aix-les-Bains :

Le lundi 17 octobre 2022 Jacqueline propose une visite de la ville d'Aix-les-Bains.

Le rendez-vous se fera à 14h30 devant le CENTRE DES CONGRES.

Pour plus d'information vous pouvez joindre Jacqueline au 06 43 34 63 27.

Se munir de sa carte d'identité pour la visite du CASINO.

### 2. Animation Espagnol avec Maria :

La date de début de l'animation est repoussée. Un courriel avertira tous les adhérents de la nouvelle date et sera confirmée sur le site.

### 3. Vendredi 21 octobre, balade photos :

Le lieu n'est pas encore fixé. Le rendez-vous est fixé à 13h30 sur le parking de la résidence Fontanet, au bout du Boulevard Lepic.

### 4. Samedi 22 octobre, petit-déj au Campa :

Le sinistre subi par le campa oblige à modifier le lieu de cette animation.

Le petit-déjeuner du 22 octobre aura lieu de 9h à 10 h, à la POTINIÈRE, 7 place des Thermes (à côté de la mairie, en face des anciens thermes et de l'arc de Campanus).

## **5. Animations Anglais :**

L'animation du mardi sera proposée en deux versions par YVON

- ANGLAIS DEBUTANT (1er niveau) de 10h à 11 h
- ANGLAIS INTERMEDIAIRE de 11h à 12h

Les salles indiquées dans le programme d'octobre sont sans changement

Pas de changement pour la « Conversation anglaise » du vendredi.

## **6. Jeudi 13 octobre, café rencontre au Centre des Congrès :**

Venez nombreux, notre animatrice MADELEINE vous présentera cette animation.

## **7. Jeudi 20 octobre, de 14h30 à 17h, reprise de l'animation travaux manuels avec MADELEINE :**

Elle se tiendra à la MDA salle n°10 niveau 1 et non au Centre des congrès.

## **8. PETIT RAPPEL :**

la campagne de réinscription est en cours. Ci-dessous le lien vous permettant de régler votre cotisation en ligne par CB

<https://www.payasso.fr/avf-aix-les-bains-lac-du-bourget/cotisation>

Octobre 2022

Animations en salle au Centre culturel et des congrès **3C**  
 ou à la **Maison Des Associations (MDA)**- boulevard des Anglais  
 Et en extérieur

Informations Générales page 6 à 8			
Lundi 03 Octobre 2022	Balade tranquille aux gorges du Sierroz avec Jacqueline  pour toutes informations : 06 43 34 63 27	14h30  sans inscription préalable  Rdv : Parking covoiturage de Grésy/Aix	
Mardi 04 Octobre 2022	Anglais 1 <sup>er</sup> niveau avec Yvon Centre des Congrès Espace Polyvalent	10h - 11h30  sans inscription préalable	
	PERMANENCE Nos accueillant(e)s vous attendent Centre des Congrès Espace Polyvalent	14h30 - 16h30	
Mercredi 05 Octobre 2022	Espagnol Initiation avec Janet MDA salle 5 niveau 0	10h - 11h30  sans inscription préalable	
	Espagnol Conversation avec Maria MDA salle 6 niveau 0	10h - 11h30  sans inscription préalable	

<p>Jeudi 06 Octobre 2022</p> 	<p><i>Balade rando de 2h</i> « Corsuet pointe de l'Ardre » Avec Gérard <i>Inscription sur site internet AVF « ardoise balade-rando »</i> RdV à 8 h 50 au parking devant résidence Joseph Fontanet 01 bld Ludovic-Napoléon LEPIC, au niveau carrefour Lamartine</p>		
<p>Vendredi 07 Octobre 2022</p>	<p><i>Anglais</i> <i>Conversation</i> Avec Gérard <i>MDA</i> <i>Salle 5 niveau 0</i></p>	<p>10h - 12h  Sans inscription préalable</p>	
<p>Lundi 10 Octobre 2022</p>	<p><i>Balade tranquille au bord du lac</i> <i>avec Jacqueline</i> <i>pour toutes informations :</i> <i>06.43.34.63.27</i></p>	<p>14h30  <u>Rdv</u> : devant office de tourisme au Grand Port</p>	
<p>Mardi 11 Octobre 2022</p>	<p><i>Anglais 1<sup>er</sup> niveau</i> avec Yvon  <i>MDA</i> <i>salle 5 niveau 0</i></p>	<p>10h - 11h30  sans inscription préalable</p>	
	<p>« Autour d'un livre » Avec Monique  <i>MDA</i> <i>salle 15 niveau 2</i></p>	<p>14h30 - 17h  sans inscription préalable</p>	 <p>_La carte postale (A. Berost) _Solina (L. Gaude)</p>

Mardi 11 Octobre 2022	<b>PERMANENCE</b> Nos accueillant(e)s vous attendent <i>Centre des Congrès</i> <i>Espace Polyvalent</i>	14h30 - 16h30	
Mercredi 12 Octobre 2022	<b>Espagnol Initiation</b> avec Janet <b>MDA</b> <i>salle 5 niveau 0</i>	10h - 11h30  sans inscription préalable	
	<b>Espagnol Conversation</b> avec Maria <b>MDA</b> <i>salle 6 niveau 0</i>	10h - 11h30  sans inscription préalable	
Jeudi 13 Octobre 2022	<b>Café rencontre</b> <i>Centre des Congrès</i> <i>Espace Polyvalent</i>	14h30 - 17h  sans inscription préalable . Chacun apporte gâteaux, chocolats, etc...	
Vendredi 14 Octobre 2022	<b>Anglais</b> <b>Conversation</b> Avec Gérard <b>MDA</b> <i>Salle 5 niveau 0</i>	10h - 12h  Sans inscription préalable	
Lundi 17 Octobre 2022	« On va se faire une Histoire »  <b>MDA</b> <i>Salle 6 niveau 0</i> <b>Françoise P &amp; Marc</b>	14h30 - 16h30  La mémoire de chacun d'entre nous est un trésor ...	
Mardi 18 Octobre 2022	<b>Anglais 1<sup>er</sup> niveau</b> avec Yvon  <i>Centre des Congrès</i> <i>Espace Polyvalent</i>	10h - 11h30  sans inscription préalable	

Mardi 18 Octobre 2022	« <i>Plaisir d'écrire</i> »  <b>MDA</b> <i>Salle 6 niveau 0</i> <b>Carole</b>	14h30 - 16h30  Inscription obligatoire sur l'ardoise	
	<b>PERMANENCE</b> <i>Nos accueillant(e)s</i> <i>vous attendent</i> <b>Centre des Congrès</b> <b>Espace Polyvalent</b>	14h30 - 16h30	
Mercredi 19 Octobre 2022	<b>Espagnol Initiation</b> <i>avec Janet</i> <b>MDA</b> <i>salle 5 niveau 0</i>	10h - 11h30  sans inscription préalable	
	<b>Espagnol Conversation</b> <i>avec Maria</i> <b>MDA</b> <i>salle 6 niveau 0</i>	10h - 11h30  sans inscription préalable	
Jeudi 20 Octobre 2022	<b>Balade rando de 4 H</b> <i>« Crête du mont de la Charvaz »</i> <b>Avec Gérard</b> <i>inscription sur site internet AVF « ardoise balade-rando »</i> <i>RdV à 8 h 50 au parking devant résidence Joseph Fontanet</i> <i>01 bld Ludovic-Napoléon LEPIC, au niveau carrefour Lamartine</i>		
Vendredi 21 Octobre 2022	<b>Anglais</b> <b>Conversation</b> <i>Avec Gérard</i> <b>MDA</b> <i>Salle 5 niveau 0</i>	10h - 12h  Sans inscription préalable	
Samedi 22 Octobre 2022	<b>Petit Déjeuner</b> <i>au CAMPA</i> <i>11 Place du Revard</i> <b>Avec Maguy</b>	09 h - 10 h  S'inscrire au 06 85 20 13 76	

**Vacances scolaires du 21/10/22 au 07/11/22**

**Partenariat avec l' Adelpia proposant un tarif préférentiel « Aquagym et SPA. »**  
Horaires et tarifs pour AVF sur le site internet : « Nos animations > Activités physiques»  
Réservation obligatoire pour participer aux cours d'aquagym, en téléphonant au 04 79 88 72 73

**Animation « Sophrologie Relaxation gratuite » pour les adhérents AVF assurée par un professionnel aixois : S'inscrire auprès de René Faure au 06 19 56 11 06 ; Rue François Gaillard**

**Consultez bien vos mails  
et notre site internet pour toutes modifications  
des messages vous parviendront**

### **Mission du réseau AVF 2022**

**Accueillir en priorité les nouveaux arrivants dans nos villes et les personnes en recherche de lien social pour favoriser la création et le développement d'un réseau relationnel en s'appuyant sur un principe fondateur,**

**L'incitation au bénévolat Et sur des valeurs partagées.**

**UNAVF**

PERMANENCES : Tous les **MARDIS hors** vacances scolaires : 14h30 à 16h30

---

**ACCUEIL AVF -**

Centre Culturel et des Congrès André Grosjean

10, rue Jean Monard  
73100 AIX LES BAINS  
☎ 04 79 88 07 75

**ADHESION ANNUELLE 2021/2022**

Individuelle : 39 € Couple (même adresse) : 62 €

Famille : 5€ par enfant à charge mineur

Réduction pour nouveaux adhérents à compter du 01.03.2023

Règlement par chèque à l'ordre d'AVF AIX-LES-BAINS mais aussi par internet

**Nouveauté : Possibilité de se réinscrire en réglant sa cotisation annuelle par internet CB sécurisé**

**Lien à utiliser : <https://www.payasso.fr/avf-aix-les-bains-lac-du-bourget/cotisation>**

**AVF vous attend !**

**INFOS PRATIQUES**

**Consultez régulièrement notre site, car la programmation mensuelle peut évoluer !!!!**

**Nous trouver :** Centre Culturel et des Congrès André Grosjean

10, rue Jean Monard  
73100 AIX LES BAINS

**Nous joindre :** ☎ 04 79 88 07 75  
06 87 13 29 63

**Nous contacter :** Courriel : [avf.aix.les.bains@free.fr](mailto:avf.aix.les.bains@free.fr)

***Vous souhaitez être informés régulièrement et très précisément de la disponibilité de notre salle, de nos animations ou de nos visites, consultez :***

- ***Notre bulletin mensuel envoyé par mail ou par la poste***
- ***Vos e-mails personnels (pensez à regarder dans votre « dossier indésirable »)***
- ***Votre boîte à lettres personnelle, si vous nous avez confiés des enveloppes timbrées complétées à votre nom et adresse-***
- ***Notre site internet : <https://avf.asso.fr/aix-les-bains>***
- 

***Vous souhaitez vous inscrire à une sortie ou à une visite :***

- ***Utilisez l'ardoise de l'animation accessible sur le site internet***
- ***Présentez-vous à la permanence du mardi de 14h30 - 16h30***
- ***Déposez votre demande dans la boîte à lettre de l'AVF***
- ***Joignez-nous par téléphone***

***Nous déposer une enveloppe timbrée à votre nom dans notre boite à lettres AVF***



Boîte à  
lettres  
**AVF**

