

ACCUEIL DES VILLES FRANÇAISES



ACCUEIL DU NOUVEL ARRIVANT

Caen

# PROGRAMME 2024

## Janvier

## Février

## Mars

## Avril



Vous changez de ville?  
AVF vous accueille  
et vous accompagne.

A.V.F. Caen

2 quai de la Londe

14000 Caen 02 31 86 02 60 adresse mail : avfcaen@wanadoo.fr

WWW.AVF.ASSO.FR



# Sommaire

## Janvier 2024

Samedi 13 janvier	Expo photos : vernissage .....	4
Dimanche 14 janvier	Les dimanches « solo » .....	4
Jeudi 18 janvier	Vœux et partage de la galette des Rois.....	4
Mercredi 24 janvier	Visite de la base de maintenance du parc éolien.....	4
Vendredi 26 janvier	Visite d'une ressourcerie « La Coop 5 pour 100 » .....	4

## Février 2024

Mercredi 7 février	La gastronomie médiévale, à la table des moines .....	4
Vendredi 9 février	Rencontre internationale.....	4
Dimanche 11 février	Les dimanches « solo » .....	4
Mardi 13 février	Soirée « carnaval » .....	5
Jeudi 15 février	Bowling .....	5
Jeudi 22 février	Restauration de bateaux anciens .....	5
Samedi 24 février	Vacances d'hiver .....	5

## Mars 2024

Lundi 11 mars	Reprise des animations .....	5
Vendredi 15 mars	Soirée théâtrale « Comme quoi » .....	5
Dimanche 17 mars	Les dimanches « solo » .....	5
Vendredi 22 mars	Madagascar, pays d'ombre et de lumière .....	5
Jeudi 28 mars	Visite du Musée du débarquement d'Arromanches .....	5
Date non définie	Visite de Bayeux avec L'AVF de Bayeux.....	6

## Avril 2024

Vendredi 5 avril	Musée des Beaux-Arts « L'âge d'or » .....	6
Mercredi 10 avril	Visite guidée du MOHO .....	6
Dimanche 14 avril	Les dimanches « solo » .....	6
Mercredi 17 avril	Balade botanique printanière .....	6
Jeudi 18 avril	L'Atlas Économique et Social .....	6
Samedi 20 avril	Vacances de printemps .....	6



Chers adhérentes et adhérents,

Cette année 2023 se termine. Tout comme il y a un an la situation mondiale n'est pas réjouissante.

Toute l'équipe des bénévoles est présente pour vous faire oublier ces problèmes et vous présenter le programme du premier trimestre 2024.

Comme d'habitude courant janvier 2024, nous partagerons la galette des rois.

Pour une bonne organisation, n'oubliez pas de vous inscrire.

C'est l'occasion de passer un très bon moment ensemble et de vous présenter nos meilleurs vœux pour que cette nouvelle année soit remplie de bonne santé, de joie et de bonheur.

Ramuntcho Piselli

et toute l'équipe

## Janvier 2024

**Samedi 13 janvier : 11h00**, Le photographe naturaliste Roger Toutain fera une exposition de photos d'arbres. Nous comptons sur votre présence, je vous remercie de vous inscrire à l'accueil ou de téléphoner aux heures de permanences au 02.31.86.02.60 au plus vite afin d'organiser le pot.  
Nicole MOTTE gratuit



**Dimanche 14 janvier** : après-midi, les dimanches « solo »  
Yolande SAINT-MARTIN

**Jeudi 18 janvier : 17h30** au local,  
Vœux et partage de la galette des Rois.

Pour la bonne organisation, **l'inscription est obligatoire** : un chèque de 5 € vous sera demandé lequel sera restitué le jour des vœux.



**Mercredi 24 janvier** : après-midi, visite de la base de maintenance du parc éolien à Ouistreham Nadine Charnoz 5 €



**Vendredi 26 janvier** : visite d'une ressourcerie



« La Coop 5 pour 100 » à Mondeville ce programme est prioritairement proposé aux nouveaux adhérents (adhérents de moins de 3 ans), toutefois les « anciens adhérents » seront inscrits sur liste d'attente et retenus en fonction des places disponibles. Possibilité de déjeuner sur place. Claire GIRET 5 €

## Février 2024

**Mercredi 7 février : après-midi** : visite de l'Abbaye aux hommes sur le thème de la gastronomie médiévale, à la table des moines. Lise SIX 5 €



**Vendredi 9 février : après-midi** :



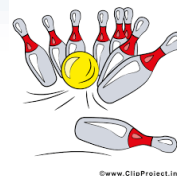
« Le groupe rencontre internationale » récemment renouvelé, accueille les adhérents AVF nés ou qui ont vécu à l'étranger : Italie, Allemagne, USA et Roumanie.  
Georgeta CIOBANU.

**Dimanche 11 février : après-midi**, les dimanches « solo »  
Yolande SAINT-MARTIN

**Mardi 13 février : 19H00, soirée festive : Mardi gras** sera l'occasion de se retrouver, de se régaler de crêpes, de chanter, de danser et de passer un bon moment ensemble. Vous pouvez vous déguiser, et apporter des crêpes pour le dessert.  
Jean-Jacques Ferret 10 €



**Jeudi 15 février : 17h45 sur place.** Bowling à Bretteville-sur-Odon suivi d'un diner  
Solange MONTEIL et Claire GIRET 6,60 € la partie de bowling.



**Jeudi 22 février : après-midi,** bateau de Normandie (restauration bateaux anciens) Visite guidée de l'association Bateaux de Normandie située sur la presqu'île de Caen qui restaure des embarcations anciennes et qui a créé dans leur local un parcours muséographique présentant la vie d'un pêcheur normand  
Jean-Marc DUPONT-DEGHAYE 5 €



**Samedi 24 février**  
Au  
**Dimanche 10 mars**



**Vacances d'hiver**

*Mars 2024*

**Vendredi 15 mars : 19h00** au local. Soirée théâtrale « **Comme quoi** », comédie inédite qui retrace les péripéties de deux locataires. Un apéritif dinatoire clôturera la soirée. Yves MICHEL 5 €



**Dimanche 17 mars :** après-midi, les dimanches « solo »  
Yolande SAINT-MARTIN

**Vendredi 22 mars :** 18h30 au local,  
« Madagascar, pays d'ombre et de lumière », présentation, rôle et actions de ***l'Association Amitié Madagascar Normandie 14.***  
Présentation suivie d'un diner.  
Martine HARANG 20 €



**Jeudi 28 mars :** après-midi,



visite du nouveau musée du débarquement d'Arromanches.  
Jean-Marc DUPONT-DEGHAYE 9,20 €

**\*Date non définie** : Visite guidée de Bayeux en partenariat avec l'AVF de Bayeux. (Sortie en préparation)  
Claire GIRET et Solange MONTEIL



*Avril 2024*

**Vendredi 5 avril** : matin : visite au Musée des Beaux-Arts de l'exposition sur Monique Frydman. « L'âge d'or ». Visite avec Marie-Josée BOULET. Lise SIX 5 €



**Mercredi 10 avril** : matin : visite guidée du MOHO, suivie pour ceux qui le veulent d'un déjeuner sur place. MoHo, c'est d'abord la contraction de Mosaic House en anglais. Comprendre « espace partagé » : MoHo souhaite ainsi rassembler une communauté d'étudiants, start-uppeurs, chefs d'entreprises, salariés, chercheurs, scientifiques, artistes... pour réfléchir collectivement aux enjeux du monde contemporain (Nadine Charnoz) 5 €



**Dimanche 14 avril** : après-midi, les dimanches « solo »  
Yolande SAINT-MARTIN

**Mercredi 17 avril** : après-midi :  
« Balade botanique printanière »  
dans la Vallée des Jardins  
Catherine LOUVEAUX



**Jeudi 18 avril : 18h30** conférence à la Bibliothèque Alexis-de-Tocqueville  
Géographes et enseignants-chercheurs de l'université de Caen ont produit un atlas social de Caen. Cet ouvrage dresse le portrait de la ville à travers une série de cartes : logement et habitat, santé etc.  
Marie-Thérèse ETIENNE Gratuit



**ATLAS SOCIAL DE CAEN**  
*De l'agglomération à la métropole ?*

**Samedi 20 avril**  
**Au**  
**Dimanche 5 mai**



**Vacances de printemps**

## Animations dans les locaux 2024

Jour	Animations	Horaires	Janvier	Février	Mars	Avril
Lundi	Traitement de texte	9h00-11h00	8-15-22-29	5-12-19	11-18-25	1-8-15
	Travaux d'aiguille	13h30-16h00	8-15-22-29	5-12-19	8-15-22-29	8-15-22-29
	Conversation allemande	16h00-18h00	8-15-22-29	5-12-19	11-18-25	1-8-15
Mardi	Cartonnage	9h15-11h30	9-16-23-30	6-13-20	12-19-26	2-9-16
	Tarot	14h00-17h00	9-16-23-30	6-13-20-27	5-12-19-26	2-9-16-23-30
	Bridge "parties libres"	14h15-17h00	9-16-23-30	6-13-20	12-19-26	2-9-16
Mer.	Remue-méninges	10h45-11h45	10-17-24-31	7-14-21	13-20-27	3-10-17
	Scène ouverte en poésie	14h30-16h30	17	14	20	24
	Danse en ligne "débutant"	15h00-16h00	24	28		3
	Danse en ligne "intermédiaire"	16h15-17h15	24	28		3
	Art floral	14h00-16h00	31	21	27	17
Jeudi	Bridge "initiés"	9h30-11h30	11-18-25	1-8-15-22	14-21-28	4-11-18
	Généalogie	10h00-12h00	25		14	
	Autour d'un livre	14h15-16h30	18	15	14	18
	Aquarelle	14h30-16h30	18	1-15	14-28	11
	Théâtre	14h30-17h00	avec animateur et adhérents			
Vend.	Conversation anglaise	10h00-11h00	12-19-26	2-9-16-23	15-22-29	
	Scrabble	14h00-17h00				
	Tarot	14h00-17h00	5-12-19-26	2-9-16-23	1-8-15-22-29	5-12-19-26

## Animations hors locaux 2024

Jour	Animations	Horaires	Janvier	Février	Mars	Avril
Lundi	Marche courte <sup>(1)</sup>	13h30-17h00	15-29	12	11-25	
	Marche moyenne <sup>(1)</sup>	13h30-17h00	8-22	5-19	18	8
	Marche Longue <sup>(1)</sup>	13h30-17h30	15-29	12	11-25	
	<b>Marche à la journée</b> <sup>(3)</sup>	<b>Journée</b>				15
Mar.	Méditation	14H30-15H30	Dates à définir avec animateur et adhérents			
Jeudi	Tennis de table <sup>(2)</sup>	14h00-16h00	11-18-25	1-8-15-22-29	7-14-21-28	4-11-18-25
	Marche Nocturne <sup>(4)</sup>					
Vend.	Marche du vendredi <sup>(4)</sup>	14h00-17h00	12, 19, 26	2, 9, 16, 23	15, 22, 29	5, 12, 19

(1) RDV 13H15 PARKING DE LA DEFENSE PASSIVE (CALVAIRE ST PIERRE)

(2) GYMNASSE DE LA MALADRERIE

(3) INSCRIPTION AUPRES DES ANIMATEURS DES MARCHES

(4) RDV SUR PLACE, contacter Olivier Charnoz