







## ANIMATIONS PONCTUELLES DE MARS 2025







Les inscriptions se font auprès de nos accueillantes ou par mail à l'AVF, Maisons des Associations 7 rue de l'Hôtel de Ville à Cagnes/Mer, le lundi, vendredi de 15h00 à 17h00 et le mercredi de 10h00 à 12h00 ou par mail uniquement à cette adresse :



**[accueil.avfcagnes@gmail.com](mailto:accueil.avfcagnes@gmail.com)**

Aucune demande ne sera acceptée avant la date de début d'inscription et ne peut se faire que pour 1 personne (sauf couple)

Les mails envoyés avant 10h00 le mercredi ou 15h00 les lundis et vendredis ne seront pas pris en compte afin de respecter l'équité entre le présentiel et les mails.

<p>Mardi 4 mars 2025</p>  <p>Cap d'Ail</p>	<p>Carmen Dulac</p> <p>Anne-Marie Bottoni</p>	<p><u>Balade Littorale</u></p> <p>Carmen et Anne-Marie vous emmènent au Cap D'ail</p> <p>Prévoir de bonnes chaussures et votre pique nique</p>	<p><u>Limité à 20 personnes</u></p> <p>Départ vers 10h00 les horaires vous seront précisés ultérieurement</p> <p>Inscription à réception du programme jusqu'au 28/2/2025</p>
<p>Mercredi 5 mars 2025</p> 	<p>A V F</p>	<p><u>Soirée de la Saint Patrick avec une animation surprise</u></p> <p>La bière pression est offerte et du vin est prévu pour les personnes qui n'aiment pas la bière</p> <p>nous vous demandons d'apporter du salé ou du sucré</p> <p><b><u>Dress code : le vert</u></b></p>	<p><u>Limité à 70 personnes</u></p> <p>Rdv à 19h00 à la Maison de la Mer au Cros de Cagnes</p> <p>N'oubliez pas votre verre, assiette et couverts</p> <p>Inscription à réception du programme jusqu'au 3/3/2025</p>
<p>Samedi 8 mars 2025</p> 	<p>Francis Daligault</p>	<p><u>Samedi en Plein Air</u></p> <p>Visite guidée gratuite du Phare de la Garoupe à Antibes qui culmine à 103 mètres et visite de l'église de la Garoupe</p> <p>suivie d'un pique-nique</p>	<p><u>Limité à 30 personnes</u></p> <p>Rdv 10h15 parking Sauvaigo ( tennis) pour partage des voitures n'oubliez pas votre pique-nique et jeux de plein air</p> <p>Inscription à/c du 19/2/2025 jusqu'au 5/03/2025</p>
<p>Mardi 11 mars 2025</p>  <p>Bouyon</p>	<p>Jocelyne Coisy</p> <p>Elisabeth Poulet</p>	<p><u>Jeux de piste</u></p> <p>découverte du village de Bouyon toujours sous la forme de jeux, de rébus...</p> <p>Précédé d'un repas au bistrot « Le Florian » plats familiaux</p>	<p><u>Limité à 15 personnes</u></p> <p>Rdv 10h45 pour un départ 11h00 parking Sauvaigo (tennis) (partage des véhicules)</p> <p>prévoir de bonnes chaussures</p> <p>Inscription à/c du 24/02/2025 jusqu'au 07/03/2025</p>

<p>Mercredi 12 mars 2025</p>  <p>Au Café Partagé</p>	<p>Carmen Dulac Anne-Marie Bottoni</p>	<p><u>Café Partagé</u></p> <p>Autour d'un café, Carmen et Anne-Marie vous proposent un moment de partage</p> <p>Inscription obligatoire</p>	<p><u>Limité à 12 personnes</u></p> <p>Rdv 15h00 à la « Brasserie du Cours »</p> <p>Cours du 11 novembre à Cagnes sur Mer</p> <p>Inscription à/c du 24/02/2025 jusqu'au 10/03/2025</p>
<p>Lundi 17 mars 2025</p> 	<p>Lucien Bories Daniel Laugeois</p>	<p><u>Sentiers et Découvertes</u></p> <p>Visite de Saint Jeannet au pied du Baou</p> <p>150m 4kms 2h30</p>	<p><u>Limité à 15 personnes</u></p> <p>Rdv 9h00 pour un départ 9h10 parking Sauvaigo (tennis) (partage des véhicules)</p> <p>prévoir de bonnes chaussures et votre pique-nique</p> <p>Inscription à/c du 26/02/2025 jusqu'au 14/03/2025</p>
<p>Mardi 18 mars 2025</p> 	<p>Brigitte Friang Catherine Ropital</p>	<p><u>Sortie Evenementielle</u></p> <p>Visite guidée payante (6 euros à régler sur place)</p> <p>« Quand Nice invente la Riviera »</p> <p>avec la découverte de la Promenade des Ponchettes</p>	<p><u>Limité à 20 personnes</u></p> <p>Rdv 10h15 devant le Centre du Patrimoine, 14 rue Jules Gilly, Cours Saleya</p> <p>bus : Grand Arénas puis tram arrêt Opéra</p> <p>Inscription à/c 3/03/2025 jusqu'au 14/03/2025</p>
<p>Vendredi 21 mars 2024</p> 	<p>Pascale Fauquet Claudia Bertiaux</p>	<p><b><u>SORTIE RESERVEE AUX NOUVEAUX ARRIVANTS</u></b></p> <p>Visite du Haut de Cagnes assurée par Claudia, qui nous propose une balade dans les ruelles, en ponctuant d'anecdotes sa vision du passé de la cité</p>	<p><u>Limité à 15 personnes</u></p> <p>Rdv 14h30 sur la place du château</p> <p>la sortie sera suivie d'un moment convivial autour d'un verre (offert par l'avf)</p> <p>Inscription à/c du 7/03/2025 jusqu'au 19/03/2025</p>
<p>Vendredi 21 mars 2025</p> 	<p>Joëlle Moisson Nicole Deboux</p>	<p><u>Découverte de Village</u></p> <p>Visite guidée gratuite du village de Valbonne, petit tour du marché au coeur du village, 14h00 déjeuner au restaurant indien « Le Kashmir » 25 euros</p> <p>14h00 visite avec la guide</p>	<p><u>Limité à 15 personnes</u></p> <p>Rdv 10h30 parking Sauvaigo (tennis) pour partage des véhicules</p> <p>Inscription à/c du 3/03/2025 jusqu'au 17/03/2025</p>
<p>Mardi 25 mars 2025</p> 	<p>Brigitte Friang Corinne Lalanne</p>	<p><u>Sortie Découverte</u></p> <p>Visite commentée « Les Résidences Royales d'Europe et la Corse » et visite de Notre Dame de Paris avec un casque virtuel</p> <p>l'après-midi se terminera par un petit goûter</p>	<p><u>Limité à 18 personnes</u></p> <p>Rdv 14h00 devant la Micro Folie</p> <p>6 avenue de Verdun</p> <p>Inscription à/c du 10/03/2025 jusqu'au 21/03/2025</p>

<p>Mardi 25 mars 2025</p> 	<p>Jean-François Nicolas  Philippe Masse</p>	<p><u>Soirée Bowling à Cannes</u></p> <p>le prix est de 22 euros/personne à régler sur place pour 2 parties début du jeu 19h30 suivi d'un repas au restaurant du bowling (carte disponible sur <a href="http://www.bowling-cannes.fr">www.bowling-cannes.fr</a> « Warmup restaurant »)</p>	<p><u>Limité à 25 personnes</u></p> <p>Rdv 18h30 square Bourdet pour un partage des véhicules</p> <p>Inscription à/c 7/03/2025 jusqu'au 24/03//2025</p>
<p>Vendredi 28 mars 2025</p> 	<p>Pascale Fauquet</p>	<p><b><u>RESERVEE UNIQUEMENT AUX NOUVEAUX ARRIVANTS</u></b></p> <p>Pascale vous propose un repas sur la terrasse de la librairie « La Pêche à la Ligne » 12 euros le plat (à régler sur place) puis une petite visite des endroits insolites du Cros</p>	<p><u>Limité à 15 personnes</u></p> <p>Rdv 12h00 devant l'établissement</p> <p>2 rue Léon Béranger au Cros de Cagnes</p> <p>Inscription à/c 14/03/2025 jusqu'au 26/03//2025</p>