LES ANIMATIONS RÉGULIÈRES SAISON 2023 - 2024

SE CULTIVER

Le Numérique au Quotidien - 06 74 37 90 10
Mercredi de 14h30 à 16h00
AVF-La Rochelle - **SALLE PREVER**
Animateurs : Christian, Dominique, Gérard

Chantons Ensemble - 06 81 95 61 00
Jeudi de 16h00 à 18h00
AVF-La Rochelle - **SALLE CÔTE RUE**
Animateurs : Patrick,Yannick, Alain, Didier

Autour d'un Livre - 06 20 22 80 10
3e vendredi du mois de 14h15 à 16h15
AVF-La Rochelle **- SALLE LA CHAPELLE**
Animateurs : Dorothée, Patricia

Théâtre - 06 82 53 96 44
Vendredi de 16h30 à 19h00
AVF-La Rochelle - **SALLE CÔTÉ RUE**
Animateurs : Sylvie, Claire

Jeux, tu Méninges - 06 79 26 49 43
2e et 4e jeudi du mois de 14h15 à 15h30
AVF-La Rochelle - **SALLE PREVER**
Animateur : Claire

Atelier d'Ecriture - 06 56 66 17 47
1er et 3e mardi du mois de 16h00 à 18h00
AVF-La Rochelle - **SALLE LA CHAPELLE**
Animateur : Brigitte, Brigitte

Généalogie - 07 50 07 01 60
3e et 4e mercredi du mois de 14h00 à 16h30
AVF-La Rochelle - **SALLE LA CHAPELLE**
Animateur : Marie

Autour d'un film - 06 10 82 90 05
Mercredi - horaire en fonction du film
Lieu : **Cinéma LE DRAGON**
Animateurs : Hélène, Annick

Conversation philosophique **-** 06 76 02 57 93
Vendredi de 10h00 à 12h00
AVF- La Rochelle - **SALLE CHAPELLE**
Animateur : Mireille

Bien dans sa ville,
Bien dans sa vie avec l'AVF !

25 JANVIER 2024 - V8

COMMUNIQUER

Espagnol Débutants - 06 78 69 77 05
Vendredi de 11H00 à 12H00
AVF-La Rochelle – **SALLE ROUGE**
Animateur : Patrice

Conversation Espagnol - 06 74 04 30 50
Mardi de 10h30 à 12h00
AVF-La Rochelle – **SALLE AVF**
Animateur : Marie-José

Allemand - 06 36 63 60 35
Mercredi de 11h00 à 12h15
AVF-La Rochelle – **SALLE PREVER**
Animateurs : Pierre, Martina

Anglais - Faux Débutants - 06 84 19 40 92
Lundi de 10h30 à 12H00
AVF-La Rochelle - **SALLE ROUGE**
Mercredi de 10h30 à 12h00
AVF-La Rochelle - **SALLE AVF**
Animateur : Wendy

Conversation anglaise - 06 75 90 89 62
Niveau moyen : mardi de 10h00 à 12h00
AVF-La Rochelle **SALLE CÔTÉ RUE**
Animateurs : Gisèle, Gabrielle

Conversation anglaise - 06 41 69 32 47
Niveau avancé : jeudi de 10h00 à 12h00
AVF-La Rochelle - **SALLE LA CHAPELLE**
Animateur : Susan

Conversation italienne Initiation **-** 06 85 71 26 70
Jeudi de 14h00 à 16h00
AVF-La Rochelle - **SALLE ROUGE**
Animateurs : Martine, Sabah

Conversation italienne Perfectionnement
06 65 22 69 68
Jeudi de 14h00 à 16h00
AVF-La Rochelle - **SALLE LA CHAPELLE**
Animateurs : Sabah, Martine

The Book-Club - 06 84 48 02 44
Échangeons en anglais
Nos impressions sur un roman choisi ensemble
1er et 2e mercredi du mois de 15h00 à 17h00
AVF-La Rochelle -**SALLE LA CHAPELLE**
Animateurs : Sylviane, Angela

LES ACCUEILS DE NOTRE AVF

ACCUEIL AVF- LA ROCHELLE

24 Rue Saint-Jean du Pérot - 17000 La Rochelle
Tél. 09 77 91 96 40 - https:/avf.asso.fr/la-rochelle
Email : accueil.avflarochelle@gmail.com
Accueil de septembre à juin
Lundi, mercredi de 14h30 à 17h00
et le **vendredi** de 10h00 à 12h00

CAFÉ RENCONTRE **- 06 22 81 58 77**

Le Service au Nouvel Arrivant vous propose un moment de convivialité, d'accueil et d'information

Mardi de 10h00 à 11h30
Lieu : **CAFÉ de la PAIX** - Place de Verdun - La Rochelle
Animateurs **: Bruno, Martina, Françoise, Florence**

TEA or COFFEE **- 06 85 55 45 82 - 06 86 50 29 48**

Nous vous offrons un moment de convivialité accessible à tous ceux qui souhaitent échanger en anglais de manière informelle, que leur pratique soit parfaite…. ou non !

1er et 3e jeudi du mois de 10h00 à 11h30
Lieu : **CAFÉ de LA POSTE -** 1 place de l'Hôtel de Ville
Animateurs **: Michèle, Lydie**

Soyez les bienvenus !

Vous commencez une nouvelle étape de votre vie à La Rochelle ou dans les environs. Vous allez bien sûr souhaiter retrouver le plus rapidement possible des repères et des contacts. Alors, dès votre installation terminée, ce sera le moment de penser à votre intégration et à votre nouveau cercle d'amis.

Pour vous y aider, l'**AVF-La Rochelle** vous propose de nombreuses animations, manifestations, sorties et notre équipe de bénévoles est toujours là pour vous accueillir.
Venez vite nous rejoindre !

Welcome to you !

You are starting a new phase in your life by moving to La Rochelle and its surrounding region. And, obviously, you wish to find your way as soon as possible and to create a new relational network. So, when your moving in your new home is over, it will be time to think to start socializing and to meet new friends.
To help you the **AVF-La Rochelle** provides a lot of leisure activities, entertainments, cultural trips… and our volunteers are always ready to we*lcome and to assist you.*
Come and join us soon !

BOUGER

Vélo rando - 06 24 72 55 95
Mercredi à 13h30
30 à 40 km selon météo et saison
Rdv : **parking piscine côté piscine**
Animateurs : Betty, Bruno

Vélo VAE - 07 81 65 95 70
Mercredi à 14h00
20 à 70 km selon temps et saison
Rdv : **parking piscine côté piscine**
Animateurs : Sylvie, Michel, Élisabeth

Marche Nordique - 06 24 05 14 31
vendredi de 14h00 à 16h00
10 km en moyenne
Rdv : **départ du lieu de la sortie (voir blog)**
Animateurs : Gilles, Michel, Marie, Catherine

Marche du lundi - **lydiatannouavf17@gmail.com**
Lundi à 13h30
6 à 8 km sur 2 heures
Rdv : **sur le lieu de départ**
Animateurs : Lydia, Dominique, Evelyne, Michel

Grande marche - 06 19 16 27 79
Jeudi à 13h30/14h00
12km moyenne en après-midi ou 18 km en journée
Rdv : **sur place selon localisation de la marche**
Animateurs : Gérard, Didier, Colette, Pierre

La balade urbaine - 06 89 91 27 74
1er et 3e vendredi du mois à 14h30
Rdv : **Office du Tourisme**
Animateurs : Béatrice, Sylvie

Initiation au golf - 06 09 69 00 46
Mardi de 14h00 à 16h00 jusqu'au 30 mars
de 14h00 à 17h00 à partir du 1er avril
Lieu : **Golf de La Jarne**
Animateurs : Christian, Joel, Marie-France, Dominique

Bowling - 06 12 30 16 75
Jeudi de 10h00 à 12h00
Lieu : **Bowling des Minimes**
Animateurs : Yves, Louis, Mohamed, Jean-Luc

Pétanque - 06 27 41 48 60
Jeudi de 14h00 à 17h00
Lieu : **Boulodrome** 400 av J. Guitton (couvert) La Rochelle
Animateurs : Philippe, Dominique

Gym d'entretien - 06 32 34 35 72
Lundi de 11h00 à 12h00
AVF-La Rochelle - **SALLE CÔTE RUE**
Animateurs : Joëlle, Danièle

Gym douce - 07 64 04 17 87
Vendredi de 09h30 à 11h00
AVF-La Rochelle - **SALLE CÔTE RUE**
Animateurs : Marion, Sylviane

Yoga - 06 75 91 37 76
Mercredi de 18h15 à 19h45
AVF-La Rochelle - **SALLE AVF** le **1er mercredi du mois**
AVF-La Rochelle - **SALLE CÔTE RUE les autres mercredi**
Jeudi de 10h30 à 12h00
AVF-La Rochelle - **SALLE CÔTE RUE**
Animateurs : Gilles, Marion, Nadine

Qi Gong/Méditation - 07 83 71 65 26
Jeudi de 09h30 à 11h30
Lieu : **LE PRIEURÉ** - 48/50 av de Saint-Exupéry - La Rochelle
Animateurs : Jean-Luc, Françoise, Florence

Gymnastique chinoise - 06 17 37 74 97
Mercredi
Débutants : de 9h30 à 10h30
Confirmés : de 10h45 à 12h00
AVF-La Rochelle - **SALLE CÔTE RUE**
Animateur : René

JOUER

Tarot - 06 15 44 79 36
Lundi de 13h45 à 18h00
AVF-La Rochelle - **SALLE CÔTE RUE + PREVER**
Animateurs : Jean-Luc, Gérard, Annie

Scrabble - 06 26 31 54 43
Mercredi de 14h30 à 16h30
AVF-La Rochelle - **SALLE CÔTE RUE**
Animateurs : Dominique, Christiane

Bridge - 06 07 17 56 73
Lundi de 13h30 à 18h00 **Tournois**
AVF-La Rochelle - **SALLE LA CHAPELLE**
Mardi de 9h30 à12h00 **Initiation - SALLE LA CHAPELLE**
2e et 4e jeudi de 19h00 à 22h30 **Parties libres**
AVF-La Rochelle - **SALLE AVF et LA CHAPELLE**
Animateurs **:** Gérard**,** Philippe, François, Bernard (pour les parties libres le jeudi)

Belote - 06 63 78 57 20
1er et 3e mercredi du mois de 14h00 à 16H00
AVF-La Rochelle - **SALLE AVF**
Animateur : Pierrette

Jeux de Société - 06 85 26 50 77
1er et 3e mardi du mois de 14h00 à 16h00
AVF-La Rochelle - **SALLE CÔTE RUE**
Animateurs : Nicole, Françoise, Christian, Loïc

Échec - 06 62 25 58 81
Mardi de 14H00 à 17H00
Salle Emile Combes - 40 rue de la Pépinière La Genette
Animateur : Jean-Yves

CRÉER

Mosaïque - 06 62 25 84 88
Mardi de 14h00 à 18h00
AVF-La Rochelle - **SALLE AVF**
Animateurs : Pascale, Christine

Encadrement - 06 64 36 04 77
2e et 4e mardi du mois de 14h00 à 18h00
AVF-La Rochelle – **SALLE CÔTE RUE**
Animateurs : Jean-Pierre, Marie-Jo

Créations Textiles - 06 73 10 29 57
Jeudi de 14h00 à 18h00
AVF-La Rochelle - **SALLE AVF**
Animateurs : Yvette, Christine

Créations cuir - 09 86 08 57 70 (domicile)
Vendredi de 14h00 à 18h00
AVF-La Rochelle - **SALLE ROUGE**
Animateurs : Paco, Marie-Catherine, Dominique

Tricausette et Travaux d'aiguille - 06 48 18 12 01
Vendredi de 14h00 à 17h00
AVF-La Rochelle - **SALLE AVF**
Animateur : Madeleine

Art Floral - 07 60 31 38 89 ou **denisliagreavf17@gmail.com**
1 séance un vendredi par mois
Groupes de 6 à 8 personnes à 14h00, 15h00 et 16H00
Lieu : **Monceau Fleurs** 75, Bd Sautel - La Rochelle
Inscription ferme 8 jours avant la séance auprès de l'animateur.
22 € par séance à régler à Monceau Fleurs
Animateur : Denis

Aquarelle - 06 62 57 66 12
2e et 4e mercredi du mois de 14h00 à 16h00
AVF-La Rochelle - **SALLE AVF**
Animateur : Inge

Bien dans sa ville,
Bien dans sa vie avec l'AVF !