



## PROGRAMME ANIMATIONS - SEPTEMBRE 2023

Chères adhérentes, chers adhérents,

Nous sommes ravis de vous retrouver et espérons que vous avez passé un bel été. Notre programme de septembre est un peu plus léger car toutes les animations n'ont pas encore repris.

Vous trouverez à la fin du programme les dates de reprises des animations fixes pour la rentrée.

Afin de respecter la priorité des participations pour les nouveaux et ceux qui n'ont jamais participé, nous vous demandons de limiter vos inscriptions à 3 animations par personne la première semaine. Vous pourrez vous inscrire dès la semaine suivante à d'autres animations.

Nous comptons sur votre sens du partage et de l'équité pour tenir compte de cette demande.

**Nous vous rappelons également que compte tenu des dates limites exigées par le TNN, l'Opéra de Nice et les spectacles de Monaco, nous vous demandons de respecter impérativement ces dates. Passée la date limite, les inscriptions tardives ne pourront être honorées.**

### **Inscription Assoconnect :**

Cliquez sur le lien suivant pour voir la procédure d'utilisation d'Assoconnect :

<https://avf.asso.fr/nice/inscriptions-en-ligne-aux-animations-du-mois/>

Si vous avez besoin d'aide pour créer votre compte Assoconnect et faire votre première inscription, n'hésitez pas à contacter Michèle Paulard ou Jean-Jacques Gujer à l'adresse suivante : [aide.assoconnect@gmail.com](mailto:aide.assoconnect@gmail.com)

**Permanence de l'accueil : mardi, mercredi et vendredi de 9h30 à 12h et de 14h30 à 17h.**

**Pour les nouveaux arrivants un café contact a lieu 2 fois par mois le jeudi après-midi de 14h30 à 17h. (rappel des dates dans le programme)**

### **Règlements :**

- ° Montants supérieurs à 5 € : CB ou chèque à l'accueil, CB uniquement sur Internet.
- ° Montants inférieurs à 5 € : l'animateur coche la carte de cotisation sur place.

Comme nous vous l'avions annoncé, un 'pourboire' vous sera proposé au paiement par internet. Le plus souvent 10% de la somme à payer.

Vous pouvez diminuer ce montant et le mettre à 0 de la façon suivante :

Cliquer sur 'Modifier mon pourboire'. Ensuite vous pouvez le diminuer en cliquant sur la flèche vers le bas ou effacer le chiffre affiché et mettre 0. Terminer en cliquant sur 'mettre à jour le pourboire'

Les cartes de cotisation de 10 points sont vendues 11€, celles de 20 points 22€, les anciennes restent valables.

### Rappel des règles

- **Renouvellement de votre adhésion** : Les inscriptions se faisant de date à date, vous recevrez un message pour vous rappeler la fin de votre date d'adhésion. Vous pourrez la renouveler soit par internet (Assoconnect), soit à l'accueil.

**Nouveaux arrivants** - prioritaires la première année d'adhésion, **25 % des places** leur sont réservées dans toutes les animations, **pendant les 7 jours calendaires qui suivent la sortie du programme**. Pour certaines animations ce pourcentage peut être différent. N'hésitez pas à vous inscrire dès sa sortie.

**En vous inscrivant à un événement, s'il n'y a plus de place en catégorie "nouveaux", inscrivez-vous en catégorie "adhérents". Si là non plus il n'y a plus de place, inscrivez-vous en liste d'attente "nouveaux".**

- Les inscriptions aux animations fixes, externes ou dans les locaux se font auprès des animateurs, par mail ou téléphone. (Liste à l'accueil et sur le site dans l'onglet animations par thème)

Pour les animations du programme, inscriptions uniquement à l'accueil ou par internet.

- **Les annulations sont gérées de préférence par l'accueil ou éventuellement par l'animateur** qui enregistrera l'annulation afin de libérer la place. L'accueil procédera au remboursement si les conditions sont réunies (annulation au moins 3 jours ouvrés avant la date de l'activité, sauf si l'AVF s'est engagé financièrement, dans ce cas aucun remboursement).
- **En cas d'empêchement de dernière minute (et seulement dans ce cas) merci de prévenir l'animateur pour qu'il ne vous attende pas.** (coordonnées sur le reçu)
- **Attention ! Pour les spectacles, le reçu Assoconnect n'est pas un billet d'accès à la salle.** Celui-ci vous sera remis par l'animateur avant le spectacle. (Rendez-vous fixé par mail)
- **Pour les golfeurs** le programme est sur notre site : [avf.asso.fr/nice](http://avf.asso.fr/nice)
- **Les randonneurs s'inscrivent sur Assoconnect.**
- **Les amateurs de ski** doivent s'inscrire auprès de Claude Arnaud pour être informés des sorties : [cl.arnaud06@yahoo.fr](mailto:cl.arnaud06@yahoo.fr)

AVFment vôtre

Danièle et son équipe

**Vendredi 8 septembre - « Prendre un verre au Cocodile » - 18h**

Michel vous propose de vous retrouver pour prendre un verre, échanger entre nouveaux et anciens et passer un moment convivial.

**Coût** : 1 point sur la carte de cotisation cochée sur place

**Rendez-vous** : 18h - **Lieu** : Cocodile, 47 Promenade des Anglais - **limité à** : 20 personnes

**Inscription** : à l'accueil ou par Internet - **Date limite** : 6 septembre

**Animateur** : Michel Sacotte - (*Prévenir en cas d'empêchement - coordonnées sur le reçu*)

**Mardi 12 septembre - Exposition « Voir en peinture la Riviera et au-delà... »  
Emmanuel Costa, au musée Masséna - 14h30**

L'exposition du musée Masséna met en lumière le talent méconnu mais fascinant d'Emmanuel Costa (1833-1921), qui a su capturer toute la beauté de la Riviera et bien d'autres paysages avec sa sensibilité unique. Plongez dans l'univers captivant de cet artiste et découvrez ses œuvres variées, allant de majestueux décors peints aux aquarelles délicates, en passant par les portraits et les scènes de la vie quotidienne.

Avec une centaine de paysages niçois du XIXe siècle, entre mer et montagne, cette exposition fait remonter le temps et redécouvrir en aquarelle les paysages d'antan de Nice... Et au-delà ! Car Emmanuel Costa, né à Menton, a été beaucoup inspiré par sa Riviera d'origine, de l'Estérel à la Ligurie, mais aussi par d'autres villes comme Lyon, Paris, Lons-le-Saunier et même Madrid et Varsovie. C'est également à cet artiste que l'on doit de nombreux décors intérieurs emblématiques de Nice et Monaco : l'ancien Casino municipal de la Place Masséna, le Cercle international de Nice, le Grand hôtel de Nice, mais aussi le plafond de l'Opéra !

**Coût** : gratuit pour les Niçois - (*pensez à prendre la carte-pass musées de Nice*)

2 points sur la carte de cotisation cochée sur place.

**Rendez-vous** : 14h 15 - **Lieu** : musée Masséna, 65 rue de France - **limité à** : 15 personnes

**Inscription** : à l'accueil ou par Internet - **Date limite** : 8 septembre

**Animatrice** : Danièle Devarenne

**Jeudi 14 et 28 septembre - « Café contact » - 14h30-17h  
Spécial nouveaux arrivants et nouveaux adhérents**

L'équipe du Service du Nouvel Arrivant (SNA) propose de retrouver les nouveaux adhérents et les nouveaux arrivants pour un café contact, afin de partager des informations sur le fonctionnement de notre association et d'échanger avec d'autres adhérents.

**Vendredi 15 septembre - « Petite rando aux Jardin Hanbury » - 8h15**

dénivelé : ±100m

Liliana vous accompagne aux Jardins Hanbury, dont la surface d'environ 18 hectares occupe le promontoire du Cap Mortola. Trésor paysagiste et botanique qui vaut bien une visite !

Pause déjeuner libre dans une aire ombragée des jardins.

**Coût** : 1 point sur la carte de cotisation - Entrée des jardins 7,50€ à régler sur place.

Prendre le billet A.R pour Vintimille et prévoir 3€ pour la navette A.R

**Inscription** : à l'accueil ou par Internet - **Date limite** : 13 septembre - **Limité à** : 15 personnes

**Rendez-vous** : Gare Nice-Ville, Train à 8h33, arrivée à Vintimille à 9h22 - navette pour les jardins - Retour à Nice à partir de 16h (chaque demi-heure)

**Animatrice** : Liliana Boella - *Chaussures confortables recommandées*

## Samedi 16 Septembre - « Visite d'un producteur de figues » - 9h00

### La figue de Solliès AOP, du verger à la coopérative

Culture ancestrale importée par le peuple phocéén, le figuier jouit d'un microclimat spécifique et de sols privilégiés arrosés par le Gapeau. La ville de Solliès-Pont est la capitale incontestée de la figue. Visite et explications réalisées par un spécialiste de la figue.

Chaque année, 1 200 tonnes de figues sont récoltées dont 800 tonnes bénéficient du label AOP. Au cours de cette visite, vous suivrez le cycle de production. Dans le verger, vous verrez la figue de Solliès mûrie sur l'arbre, gorgée de soleil.

Après la visite d'un verger et échange avec un arboriculteur, vous découvrirez les méthodes de tri et de conditionnement qui se transmettent à travers les générations, au sein de l'unique coopérative française de figues. Découverte des produits de la coopérative.

**Coût** : entièrement gratuit - 2 points sur la carte de cotisation

**Inscription** : à l'accueil ou par Internet - pique-nique tiré du sac

**Rendez-vous** : 7h30 - **Lieu** : sur la Prom devant la Villa Masséna - co-voiturage organisé par Monique et Lionel - à 9h à Solliès-Pont, coopérative, 345 Chemin des Laugiers

**Limité à** : 12 personnes - **Date limite** : 7 septembre

**Animateurs** : Monique et Lionel Brault

## Mercredi 20 septembre - « Atelier santé - L'équilibre alimentaire adapté à chaque étape de la vie » - 15h

Ce mois-ci nous aborderons comment gérer l'adaptation alimentaire lors d'une maladie, d'un accident, ou en cas de fatigue. Comment notre alimentation peut nous aider à retrouver notre énergie.

**Coût** : 4 points sur la carte de cotisation cochée sur place

**Rendez-vous** : 14h45 - **Lieu** : dans nos locaux

**Limité à** : 25 personnes

**Inscription** : à l'accueil ou par Internet - **Date limite** : 15 septembre

**Animatrice** : Anne-Marie David

## Samedi 23 septembre « Soirée blanche sur la plage de la petite Afrique » - 18h

Martine et Gérard vous proposent un apéro dînatoire en bord de mer. Nous nous retrouverons à la plage, grande et ombragée de la petite Afrique à Beaulieu. A partir de 18h apéro, suivi d'un buffet partagé. L'AVF fournit le rosé et vous préparez le buffet salé ou sucré, plats prédécoupés.

Si vous le pouvez, apportez tables, sièges et pensez également aux accessoires de pique-nique : assiettes, verres, couverts, eau. Ceux qui le souhaitent peuvent venir plus tôt pour profiter de la plage de sable et de la grande bleue.

**Coût** : 4 points sur la carte de cotisation.

**Inscription** : inscription par internet ou à l'accueil. **Limité à** : 40 personnes

*(Priorité aux nouveaux arrivants et aux personnes n'ayant jamais participé à cette animation.)*

**Dress code** : tenue blanche

**Lieu** : plage Petite Afrique à Beaulieu. Possibilité d'accès en train, gare de Beaulieu et 1km de marche pour rejoindre la plage. Grand parking à proximité.

**Date limite** : 20 septembre - **Animateurs** : Martine Turner/Gérard Lascombe

## Mardi 26 septembre - Bowling à Cannes - 19h

Nous retrouvons notre équipe du bowling qui a trouvé une autre possibilité de jouer à Cannes. La soirée commence par les deux parties de bowling et se termine par le dîner.

Un co-voiturage est envisagé pour tous les participants qui le désirent (voiture à 4 personnes : 5,40€/personne). Cette animation s'adresse aussi bien au pro qu'au débutant.

**Coût** : 1 point sur la carte de cotisation et forfait de 21,50€ à régler sur place, comprenant le repas (pizza ou salade au choix), prêt de chaussures et 2 parties.

**Rendez-vous** : 19h sur place - **Lieu** : bowling de Cannes, 189 avenue Francis Tonner

**Limité à** : 25 personnes - **Inscription** : à l'accueil ou par Internet - **Date limite** : 22 septembre

**Animateur** : Yannick Dubois

## Jeudi 28 septembre « Bistrot culinaire » - 19h

### Nouveauté !

Nous proposons de rompre le pain ensemble rue Gioffredo. Ce dîner se veut particulier. Autour de la table, 14 participants apporteront une préparation qu'ils auront réalisée chez eux afin d'illustrer le premier thème de notre premier bistrot culinaire. Chacun devra ensuite la présenter le jour J à l'ensemble des convives.

Ces mets réalisés seront partagés en 14 petites parts. Un bon prétexte pour se réunir, pour se remémorer nos souvenirs gustatifs. A chacun sa Madeleine !

Le thème de l'édition de septembre de l'année 2023 de ce bistrot culinaire sera :

**« LA CUISINE D'OÙ JE VIENS »**

Bien entendu, nous choisirons le thème suivant ensemble. Nous proposons que ces rencontres nous réunissent une fois par mois. Le pain et un jéroboam de rosé vous seront offerts pour cette première rencontre.

**Coût** : 2 points sur la carte de cotisation.

**Inscription** : inscription par internet ou à l'accueil - **Limité à** : 14 personnes

**Lieu** : dans nos locaux - **Date limite** : 15 septembre - **Animateurs** : Monique et Lionel Brault

## Vendredi 29 septembre « Visite guidée de la Fondation Hartung-Bergman » à Antibes - 15h

Vous découvrirez ce qui fut le lieu de vie et de travail du couple d'artistes Hans Hartung et Anna-Eva Bergman ainsi que de nombreuses œuvres exposées dans le cadre de l'exposition temporaire.

*Figures incontournables de l'art moderne, acteurs marquants de l'abstraction, Hans Hartung et Anna-Eva Bergman ont traversé l'histoire du 20e siècle.*

*Dans les années soixante, ils font l'acquisition d'une oliveraie de deux hectares sur les hauteurs d'Antibes et y établissent leur villa et leurs ateliers. Ce lieu où ils ont vécu et travaillé jusqu'au terme de leur existence est aujourd'hui une fondation qui conserve des fonds d'œuvres et d'archives exceptionnels et constitue un ensemble architectural remarquable, inscrit au patrimoine du 20e siècle.*

**Coût** : 23,55€/personne - **Inscription** : à l'accueil ou par Internet

**Rendez-vous** : 14h45 - **Lieu** : Fondation Hans Hartung et Anna-Eva Bergman 173, chemin du Valbosquet FR-06600 Antibes. Possibilité de co-voiturage pour ceux qui le souhaitent.

**Limité à** : 15 personnes + 2 accompagnants - **Date limite** : 26 septembre

**Animatrices** : Yolande Martino/Carole Gargula

## Vendredi 29 septembre - « Lakmé à l'Opéra de Nice » - 20h

Pascale vous propose de découvrir cet opéra en trois actes de Léo Delibes sur un livret en français d'Edmond Gondinet et Philippe Gille d'après le roman de Pierre Loti, Rarahu ou le Mariage de Loti (1880), et inspiré des récits de voyage de Théodore Pavie, créé le 14 avril 1883 à l'Opéra-Comique de Paris

Nous serons installés soit :

- au 2e rang de l'amphithéâtre pour un coût de 38,20 euros par personne (dont 2,20€ pour l'AVF). Il y a 10 places de disponibles.

Soit :

- au 5e rang de l'orchestre pour un coût de 74,20 euros par personne (dont 2,20€ pour l'AVF) il y a 10 places.

Ces tarifs sont ceux d'un abonnement pour 4 opéras payable en début d'année, et nous avons la chance de profiter de ces tarifs avec beaucoup plus de souplesse...

**Coût** : 38,20€ ou 74,20€ (en fonction de la place) - **Inscription** : à l'accueil ou par Internet (L'AVF s'est engagé, pas de remboursement possible)

**Rendez-vous** : 19h 30 - **Lieu** : Opéra de Nice, 4-6 rue St François de Paule.

**Limité à** : 20 personnes - **Date limite** : 15 septembre - **Animatrice** : Pascale Garbe

## A VENIR EN OCTOBRE Avec inscription dès maintenant

### Vendredi 6 octobre « Bérénice » - 20h

*Mise en scène Muriel Mayette-Holtz. Avec Carole Bouquet, Frédéric de Goldfiem...*

Titus et Bérénice s'aiment. Titus a promis le mariage à sa reine de Palestine. Mais dès qu'il monte sur le trône, à la mort de son père, il comprend que Rome ne voudra jamais d'une reine étrangère. Ils accepteront de suivre leur destin sans se donner la mort, mais séparés pour toujours.

Bérénice et Titus savent au fond d'eux qu'ils vont se quitter sans pouvoir encore l'accepter, et Racine écrit tous les sentiments qu'ils traversent... Cette longue nuit de souffrance qui dure jusqu'aux adieux.

Classique dans sa forme, la mise en scène ciselée de Muriel Mayette-Holtz révèle ses contours tragiques, noirs, dans les détails. Face à une majestueuse Bérénice qu'incarne Carole Bouquet, Frédéric de Goldfiem dévoile un jeu subtil et juste, dont le minimalisme maîtrisé fait mouche.

**Coût** : 22,20€ par CB ou chèque à l'ordre de l'AVF. (pas de remboursement, l'AVF s'engage)

**Rendez-vous** : 19h30 - **Lieu** : Théâtre de la Cuisine, 155 bld du Mercantour - Tram 2 arrêt : Cadam Terminus

**Inscription** : à l'accueil ou par Internet - **Date limite** : 13 septembre

**Limité à** : 20 personnes. **Animatrice** : Yolande Martino

**Vendredi 13 octobre « G.R.O.O.V.E » - 20h30 (durée 3 heures)**

*Conception, chorégraphie et jeu Bintou Dembélé.*

Dans son nouveau projet *G.R.O.O.V.E.*, Bintou Dembélé convie danseurs, musiciens et DJ pour une performance déambulatoire de street dance qui rapproche avec force les artistes du public. L'effet est immédiat. L'écriture à fleur de peau de Bintou Dembélé et le flow des corps en tension de ses onze danseurs, qu'elle rejoint exceptionnellement au plateau agit comme une décharge pleine de fièvre et de fougue. Entremêlant avec ingéniosité culture underground et baroque, elle offre une sorte de feu d'artifice chorégraphique d'une rare puissance visuelle et émotive.

**Coût** : 27,20€ par CB ou chèque à l'ordre de l'AVF. (*pas de remboursement, l'AVF s'engage*)

**Rendez-vous** : 20h - **Lieu** : Théâtre Anthéa, 260 avenue Jules Grec, Antibes.

**Inscription** : à l'accueil ou par Internet - **Date limite** : 29 septembre

**Limité à** : 20 personnes. **Animatrice** : Yolande Martino