



PROGRAMME ANIMATIONS - NOVEMBRE 2023

Chères adhérentes, chers adhérents,

En novembre, nous vous proposons un programme très riche avec des conférences, spectacles, concerts, ballets, balades et des réunions variées qui devraient vous plaire.

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

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' (fonctionnement du module bancaire) vous sera proposé au paiement par internet. Le plus souvent 8% de la somme à payer.

Vous pouvez modifier ce montant 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. 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
- **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
- **Les amateurs de billard** doivent s'inscrire auprès de Christine Fontaine pour être informés des journées réservées : christinefontaine@hotmail.com (dates en novembre : lundi 6/mercredi 15/lundi 27)

AVFment vôtre

Danièle et son équipe

Vendredi 3 novembre - « 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** : 31 octobre

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

Dimanche 5 novembre - « Un lézard chez la Psy » - 16h

Cette comédie délirante illustre magistralement le style de Victor Haïm (Molière du meilleur auteur en 2003 pour sa pièce « Jeux de scène »)

Elle retrace la désopilante descente aux enfers d'Augustin, un jeune vieillard imprévisible qui se vantait de n'avoir jamais connu l'amour et ... le sexe ! Jusqu'au jour où il rencontre une psy perturbée. Un feu va alimenter sa folie et le pousser à commettre l'impossible. Les rebondissements pourraient être tragiques... Ils s'avèrent burlesques ! Une avocate blasée est chargée de défendre ce client hors normes...

« Je souhaite que cette comédie, à défaut d'être un dernier coup d'éclat, provoque, je l'espère, quelques rires en éclat » (Victor Haïm, auteur et interprète)

Coût : 19,20€ par CB ou chèque à l'ordre de l'AVF. (pas de remboursement, l'AVF s'engage)

Rendez-vous : 15h45 - **Lieu** : Théâtre de la Libé, 1 rue Vernier - Tram 1 arrêt : Libération

Inscription : à l'accueil ou par Internet - **Date limite** : 27 octobre

Limité à : 10 personnes - **Animatrice** : Danièle Devarenne

Lundi 6 novembre - « Promenade du Paillon » - 14h

Flânerie le long du Paillon, de la Promenade des Anglais à l'Esplanade de la Bourgada, pour admirer l'architecture et partir à la découverte des nombreuses œuvres d'art.

Nous pourrions prendre un verre ensemble après.

Coût : 1 point sur la carte de cotisation

Rendez-vous : 14h - **Lieu** : Promenade des Anglais, en face du monument du Centenaire - côté mer

Inscription : à l'accueil ou par Internet - **Date limite** : 3 novembre - **Limité à** : 12 personnes

Animatrice : Anne Turner

**Mardi 7 novembre - Visite commentée de l'exposition Robert Doisneau
« Le Merveilleux Quotidien » - 15h30**

Le Musée de la Photographie Charles Nègre présente sa nouvelle exposition. Isabelle vous propose une visite commentée de cette exposition intitulée « Le Merveilleux Quotidien » axée sur Paris et sa banlieue avec 70 tirages anciens ou vintage des années 30 aux années 70. Ce parcours est complété par le reportage « Palm Springs 1960 », le premier en couleur de Doisneau, dont le thème est la construction à Palm Springs dans le désert du Colorado de golfs destinés à de riches retraités américains. C'est l'occasion pour le photographe de jeter un regard amusé sur cette 'planète' artificielle.

La visite sera commentée par une médiatrice formée à l'analyse d'image et enrichira votre regard sur ces photos empreintes de nostalgie, d'humour et d'humanité. Durée de la visite : de 45 minutes à une heure.

Coût : 8,40 € par CB ou chèque à l'ordre de l'AVF (*pensez à prendre votre Pass Musées*)

Inscription : à l'accueil ou par Internet - **Date limite** : 3 novembre - **Limité à** : 12 personnes.

Rendez-vous : 15 h15 - **Lieu** : Musée de la Photographie Charles Nègre, 1 Place Pierre Gautier (entre le Cours Saleya et la Préfecture).

Animatrice : Isabelle Proietti

Jeudi 9 novembre - « Atelier lecture » - 14h15

Un atelier de lecture, « Le tour du monde en 80 livres », vous est proposé par M. Louvard, professeur de français retraité. Basé sur des listes détaillées de livres, couvrant la plupart des genres et de nombreux sujets, il s'adaptera aux désirs et motivations des participants.

Parmi les documents utilisés durant l'atelier ou mis à disposition, vous pourrez découvrir des centaines d'extraits d'œuvres littéraires, généralement courts mais significatifs. Il sera possible d'aborder des questions d'écriture, centrées sur le style des auteurs ou même générales

Pour cet atelier, M. Louvard propose d'aborder la poésie et de découvrir celles que vous aimez, et celles que vous écrivez peut-être ?

Coût : 4 points sur la carte de cotisation

Inscription : à l'accueil ou par Internet - **Date limite** : 3 novembre - **Limité à** : 20 personnes

Rendez-vous : 14 h15 - **Lieu** : dans nos locaux

Animateurs : François Louvard/Danièle Devarenne

Jeudi 9 et 23 novembre - « 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 10 novembre - « Regards sur le Monde - L'Australie » - 14h30
« Du grand Ouest à la Tasmanie »

Après 18 ans de voyages réguliers en Australie, Jean Charbonneau et Dong Wei vous emmènent à la découverte d'une Australie moins connue, plus sauvage, grandiose.

En Australie-Occidentale, le plus grand état australien (5 fois la France) vous vivrez le rêve de grands espaces rouges, semi-désertiques, d'un littoral paradisiaque et de curiosités naturelles uniques où se cachent les plus grandes mines de fer et d'or du monde. Perth en est la capitale, jeune, riche, isolée.

La Tasmanie est le plus petit état australien, et vous offre tout l'inverse : des paysages verdoyants, vallonnés, rafraîchissants où grandissent les plus hauts arbres du monde, cachant une faune extraordinaire, telle que les wombats, les pademelons et surtout les fameux diables. Comme une Suisse en Australie, on y cultive les traditions et l'art de bien vivre.

Le conférencier a une réelle passion pour l'image et les voyages, principalement en Asie depuis plus de 30 ans. Il parle couramment indonésien et chinois. Il a réalisé des documentaires sur la Chine « La grande Chine, sur les pas de Marco-Polo » et sur l'Indonésie « Indonésie, des volcans et des hommes », couronné du Grand prix Géo-Magazine.

Coût : 12,90€ par CB ou chèque à l'ordre de l'AVF (pas de remboursement, l'AVF s'engage)

Rendez-vous : 14h15 - **Lieu** : dans nos locaux - **Inscription** : à l'accueil ou par Internet

Date limite : 3 novembre - **Limité à** : 30 personnes

Animatrice : Danièle Devarenne.

(Ces conférences sont toujours de très bonne qualité, mais nous avons une obligation de participation car si nous ne pouvons réunir le nombre de participants, nous devons l'annuler)

Vendredi 10 novembre - « Bistrot culinaire » - 19h - Nouveauté !!

*Rompre le pain ensemble dans les locaux de notre association,
cela peut être toute une histoire....*

Manger c'est bien, déguster c'est mieux, apprécier ensemble un bon plat et en parler, c'est génial! On partage doublement le plaisir. C'est dans cet esprit que nous organiserons périodiquement un « bistrot culinaire ». Vous venez dans nos locaux rue Gioffredo avec une préparation que vous aurez concoctée chez vous. Ce plat, vous allez le faire partager en le faisant goûter bien sûr, mais aussi en le présentant aux convives autour de la table.

Votre plat (comme celui des autres convives) sera partagé en 14 petites parts, c'est-à-dire le nombre de participants. Un bon prétexte pour se réunir, pour se remémorer nos souvenirs gustatifs, surprendre nos papilles, illustrer les spécialités de nos régions, de nos pays....

Pour cette première édition, le thème est le suivant : « *La cuisine d'où je viens* »

A l'issue de cette première rencontre, nous choisirons ensemble le thème de l'édition n°2. Car un thème différent sera proposé à chaque bistrot culinaire. Ces rencontres auront lieu une fois par mois. Quelques exemples susceptibles de vous motiver : *la cuisine de ma grand-mère, la cuisine du monde, la cuisine niçoise, de l'œuf à la poule...*

Les assiettes, les couverts, les boissons et le pain seront apportés par les animateurs.

À vos fourneaux !

Coût : 2 points sur la carte de cotisation - **Date limite** : 7 novembre - **limité à** : 14 personnes

Rendez-vous : 19h précises - **clôture** : 22h - **Lieu** : dans la grande salle de l'AVF

Inscription : à l'accueil ou par Internet - **Animateurs** : Monique et Lionel Brault

(Pour tout renseignement complémentaire, contacter Monique Brault 06 09 86 63 27)

Lundi 13 novembre - « Visite de producteur : Le safran des Vergers » - 9h

Séance de cueillette et d'émondage du safran

Stéphanie nous invite à la cueillette du safran Bio sur son terrain de 1500 m² planté de bulbes (*crocus sativus*) à Carros Village.

Après la cueillette, nous participerons à l'émondage, c'est-à-dire la coupe du pistil.

Ensuite, Stéphanie nous propose un déjeuner à la ferme, son safran sera mis en scène du début à la fin du repas.

Menu : Vin d'orange au safran avec croûtons et terrine au safran comme apéritif - Riz safrané & butternut - Crème brûlée au safran et sa meringue - Café

Coût : 17€ - visite et cueillette gratuite - **Inscription** : à l'accueil ou par Internet

Rendez-vous : 9h - **Lieu** : chemin du Vergie. 2120 Route Jean Natale. 06510 Carros

Prévoir des bonnes chaussures de marche ou baskets (5 bonnes minutes de marche sur chemin en terre) pour monter à la maison. - **Limité à** : 15 personnes - **Date limite** : 10 novembre

Animateurs : Monique et Lionel Brault

Mercredi 15 novembre - « Portraits de femmes à la Belle Époque » - 15h

De la reine Victoria à Isadora Duncan, de Marie Bashkirtseff à la belle Otero, les femmes d'exception n'ont pas manqué à la Belle Époque sur la Côte d'Azur.

Cette conférence se propose, à travers de nombreux documents de les faire revivre dans toute leur singularité, figures phares d'univers contrastés, personnalités brillantes, parfois émouvantes, dont l'empreinte est toujours présente.

Coût : 4 points sur la carte de cotisation

Rendez-vous : 14h45 - **Lieu** : dans nos locaux - **Inscription** : à l'accueil ou par Internet

Date limite : 10 novembre - **Limité à** : 25 personnes

Animatrices : Denise Santi / Danièle Devarenne

Vendredi 17 novembre - « Sur le sentier du Cap d'Ail » - 10h15

Dénivelé : 100m - Distance : 6 km

Ses falaises volcaniques de la pointe des Douaniers, ses villas et leurs jardins, ses criques sont une opportunité à ne pas manquer. Pause pique-nique à la plage La Mala.

Coût : 1 point sur la carte de cotisation

Inscription : à l'accueil ou par Internet - **Date limite** : 14 novembre - **Limité à** : 15 personnes

Rendez-vous : train à 9h53 direction Vintimille - **Lieu** : Gare Thiers.

arrêt Cap d'Ail 10h09 - Rendez-vous 10h15 à Cap d'Ail - Retour à Nice vers 16h (*Chaussures confortables recommandées*)

Animatrice : Liliana Boella

Vendredi 17 novembre - « Gisèle Halimi, une farouche liberté » - 20h

Avec Ariane Ascaride, Philippine Pierre-Brossolette

Ariane Ascaride et Philippine Pierre-Brossolette donnent à voir la multitude de visages de Gisèle Halimi, avocate engagée et visionnaire. La subtile mise en scène de Léna Paugam met la parole et la pensée au cœur du spectacle, qui relate les grands procès et les engagements d'une vie de combats contre l'injustice et pour la liberté des femmes.

Ariane Ascaride et Philippine Pierre-Brossolette perpétuent l'intensité des paroles et des combats de Gisèle Halimi. Dans une mise en scène minimaliste de Léna Paugam, les deux comédiennes disent, exhortent, s'engagent. Un moment fort.

Coût : 22,20€ par CB ou chèque à l'ordre de l'AVF

Inscription : inscription par internet ou à l'accueil - **Limité à** : 20 personnes

Rendez-vous : 19h30 - **Lieu** : salle des Franciscains, place St François, vieux Nice

Date limite : 3 novembre - **Animatrice** : Yolande Martino

Samedi 18 novembre - « Buffet partagé à l'AVF - Soirée Beaujolais » - 18h

Nous vous proposons une dégustation à l'aveugle du beaujolais nouveau pour découvrir le meilleur cru 2023. (l'AVF fournit le vin)

Pour le buffet, le thème de la soirée étant le Beaujolais inspirez-vous des bouchons lyonnais.

Quelques suggestions : charcuterie, fromage, noix, raisin, chocolat... n'oubliez pas le pain ! Gérard s'occupe du Beaujolais.

Coût : 4 points sur la carte de cotisation

Inscription : inscription par internet ou à l'accueil - **Limité à** : 30 personnes

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

Lieu : dans nos locaux - **Horaires** : 18h - **Date limite** : 13 novembre

Animateurs : Martine Turner/Gérard Lascombe

Mercredi 22 novembre - « Informations sur les successions » - 15h

Un de nos adhérents, ancien notaire, nous propose de nous éclairer sur les différentes successions qui peuvent se présenter :

- ° Les héritiers : les héritiers réservataires, les héritiers naturels, les héritiers par testament.
- ° La fiscalité : les droits de succession, la transmission anticipée par donation, l'assurance-vie.
- ° Le rôle du notaire, le déroulement du dossier et les actes à faire, les délais.

Coût : 4 points sur la carte de cotisation

Inscription : inscription par internet ou à l'accueil - **Limité à** : 15 personnes

Rendez-vous : 14h45 - **Lieu** : dans nos locaux - **Date limite** : 17 novembre

Animateurs : Marc Legrand/Danièle Devarenne

Jeudi 23 novembre - « Prendre un verre à la gare du Sud » - 18h

Au mois de novembre, Annie vous propose un apéro-guinguette dans le quartier de la "Libé". Vous vous retrouverez à 18h dans le joli cadre, récemment relooké, de la gare du Sud.

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

Rendez-vous : 18h - **Lieu** : Gare du Sud - tram 1 arrêt Libération - **limité à** : 12 personnes

Inscription : à l'accueil ou par Internet - **Date limite** : 21 novembre

Animatrice : Annie Lauffenburger

Vendredi 24 novembre - « La dispute » - 20h à La Cuisine

D'après Marivaux - Textes additionnels Anton Tchekhov.

Dans *La Dispute*, Marivaux, habile à brosser les vérités toujours voilées des errements du cœur et de l'esprit, nous offre une intrigue qui entend révéler qui de l'homme ou de la femme s'est rendu coupable de la première infidélité.

Avec cette comédie, à la fois grave et gaie, Marivaux imagine un "paradis" sensuel. Sur scène, de jeunes comédiens nous entraînent tambour battant jusqu'au dénouement. Dialogues acérés, jeux des corps et création musicale révèlent le battement des cœurs, le chamboulement des corps, les vertiges de l'amour.

Travail admirable sur le son, les lumières, la scénographie, tout ici concourt à une célébration d'une certaine beauté et surtout à une célébration du théâtre dans toutes ses composantes. Un spectacle rafraîchissant et insolent à souhait. Un régal !

Coût : 22,20€ par CB ou chèque à l'ordre de l'AVF

Inscription : inscription par internet ou à l'accueil - **Limité à** : 20 personnes

Rendez-vous : 19h30 - **Lieu** : salle La Cuisine, 155 Boulevard du Mercantour - Tram 2 arrêt : Cadam - **Date limite** : 10 novembre

Animatrice : Yolande Martino

Vendredi 24 - Samedi 25 - Dimanche 26 novembre « Sous la Tour Eiffel »

De la Belle Époque aux années Folles - Concert au Negresco - salon Masséna

Vendredi 24 novembre - 20h : « Paris ville-lumière »

Bizet, Debussy, Dukas, Gounod, Fauré, Offenbach.

Samedi 25 novembre - 19h : « Paris est une fête »

Milhaud, Poulenc, Satie, Stravinsky -chansons, airs d'Opérette/Opéras...

Dimanche 26 novembre - 18h : « Paris ville-monde »

Bernstein, De Falla, Gershwin, Granados, Ravel, Villa Lobos.

Un verre de bienvenue vous sera offert avant le concert.

Dans le grand salon du Negresco, prendre contact avec Madame Germaine en précisant que vous êtes membre de l'AVF ; elle vous remettra votre billet d'accès au concert.

Coût : 29,20€ par CB ou chèque à l'ordre de l'AVF

Inscription : inscription par internet ou à l'accueil - **Limité à** : 15 personnes par date

Rendez-vous : 1/2 heure avant le concert - **Lieu** : Le Negresco, Promenade des Anglais

Date limite : 6 novembre

Mardi 28 novembre - « Atelier cuisine : Saveurs d'automne » - 10h

Les légumes d'automne sont si savoureux : courges, châtaignes, champignons... Partageons des recettes simples pour les mettre en valeur.

Entrée : velouté de panais /petits pois - **Plat** : crumble butternut, châtaignes et noisettes, aiguillettes de poulet, sésame/champignons - **Dessert** : fondant choco/noisettes

Coût : 20€ par CB ou chèque à l'ordre de l'AVF

Rendez-vous : 10h - **Lieu** : dans nos locaux - **Limité à** : 8 personnes

Inscription : à l'accueil ou par Internet - **Date limite** : 24 novembre

Animatrice : Yona Sachs

Mardi 28 novembre - « Bowling à Cannes » - 19h

L'équipe du bowling vous propose une soirée bowling à Cannes.

La soirée commence avec deux parties de bowling et se termine par le repas.

Un covoiturage est envisagé pour tous les participants qui le désirent (voiture à 4 personnes : 7€/personne). Cette animation s'adresse aussi bien au pro qu'au débutant.

Coût : 1 point sur la carte de cotisation et forfait de 21€ à régler sur place, comprenant le repas : un plat au restaurant (choix des plats : pizza, salade, linguines carbonara ou bolognaise et lasagnes), 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** : 24 novembre

Animateur : Yannick Dubois

Mercredi 29 novembre - « Visite de la Villa Arson et du Cloître St Barthélémy » 13h30

Cette visite guidée, débutera par une marche sur les traces des moines Capucins du 16e siècle, dans la quiétude du petit cloître St Barthélemy où jadis « lou vin dei padre » des moines Capucins coula à flots.

Place ensuite à l'ancienne voie romaine qui nous amènera à la villa Arson à la fois centre d'Arts Contemporains et École Nationale Supérieure d'Arts. Ce lieu minéral et végétal (végétation d'époque préservée) remodelé en 1970 par l'architecte Michel Marot est un vrai trésor du patrimoine du 20e siècle.

Nous terminerons par une balade dans les jardins suspendus de la villa, et les nombreux édifices enchâssant l'ancienne villa ocre (couleur rouge de Gênes) du 18e siècle.

Après ce délicieux, paisible et surprenant moment dans cette belle colline de St Barthélemy nous pourrions, pour ceux qui le souhaitent, nous retrouver autour d'un verre.

Coût : 1 point sur la carte de cotisation

Inscription : à l'accueil ou par Internet - **Date limite** : 21 novembre

Rendez-vous : 13h30 - **Lieu** : Station Gorbella, Tram 1 - **Limité à** : 15 personnes

Animatrice : Yolande Martino

Mercredi 29 Novembre - « Atelier santé - Cycle sur des médecines non conventionnelles à travers le monde » - 15h

3^e Cycle : Médecine Ayurvédique

En effet, de tous temps les êtres humains ont développé des gestes et une thérapie basés sur l'observation et les ressources dont ils disposaient et suivant leur culture et leur foi.

Le mois dernier, nous avons découvert les bienfaits de la médecine chinoise, cette fois c'est la médecine indienne que nous aborderons.

Nous vous proposons d'en parler et d'évoquer ses spécificités. Et si ces médecines nous enseignaient la sagesse ? Vos expériences sont précieuses, si vous voulez les partager, n'hésitez pas !

Coût : 4 points sur la carte de cotisation cochée sur place - **Limité à** : 12 personnes

Rendez-vous : 14h45 - **Lieu** : dans nos locaux - **Date limite** : 24 novembre - **Inscription** : à l'accueil ou par Internet - **Animatrices** : Anne-Marie David/Danièle Devarenne

A VENIR EN DECEMBRE
Avec inscription dès maintenant

Dimanche 3 décembre - « Les amoureux de Shakespeare » - 16h30
Au Théâtre des Muses à Monaco

NOUVEAUTE !

Mise en scène par Shirley et Dino.

Après le triomphe de leurs précédents spectacles sur Marivaux et Molière, les « Mauvais élèves » reviennent avec des amoureux so british ! Ils choisissent Shakespeare et ses amoureux du « Songe d'une nuit d'été », chantent les Beatles, les Kinks, les Troggs dans une ambiance au look délicieusement sixties pour nous entraîner dans un univers féérique et déjanté.

« Ça swingue, ça chante, ça danse, ça murmure et ça rigole sans arrêt. La représentation galope, fraîche et drôle d'un bout à l'autre de sa durée dont on ne voit pas le temps passer » Philippe Caubère.

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

Inscription : à l'accueil ou par Internet - **Limité à** : 20 personnes

Rendez-vous : 16h - **Lieu** : Théâtre des Muses, 45A Boulevard du Jardin Exotique Monaco
Prendre le train gare Thiers, (14h50 ou 15h20) à l'arrivée à Monaco, prendre la sortie supérieure de la gare et en sortant prendre à droite le boulevard du Jardin exotique. Le théâtre est à 10min à pied environ.

Date limite : 24 novembre - **Animatrice** : Christine Fontaine

Vendredi 8 décembre - « Machine de cirque » - 20h - à la Cuisine

Idée originale, écriture, direction artistique & mise en scène Vincent Dubé

Six naufragés se retrouvent seuls au monde et vont tenter de contacter d'autres rescapés à l'aide d'une étrange machine - un radeau mécanique aux mille ingéniosités ! Se laissant distraire par des fantômes insolites, ils se mettent dans des situations périlleuses provoquant une frénésie de numéros propulsés sur scène avec une complicité contagieuse et un humour ravageur.

Beaux, virtuoses, désopilants, les cinq artistes québécois de la Machine de cirque brûlent les planches. Un véritable coup de coeur, un bijou à voir à la Scala cet automne, puis dans toute la France. C'est un véritable émerveillement. L'OEil d'Olivier

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

Inscription : à l'accueil ou par Internet - **Limité à** : 25 personnes

Rendez-vous : 19h30- **Lieu** : La Cuisine, 155 Boulevard du Mercantour - Tram 2, arrêt : Cadam

Date limite : 24 novembre - **Animatrice** : Yolande Martino

Réservez votre soirée du Dimanche 10 décembre
« Soirée de Noël au Victoria Palace avec un show AVF »

Complément d'informations à venir.

Vendredi 15 décembre - « Il n'y a pas d'AJar » - 20h - aux Franciscains

Delphine Horvilleur / Avec Johanna Nizard

Delphine Horvilleur, troisième femme rabbin en France, nous livre dans cette pièce la savoureuse histoire d'Abraham Ajar, manipulant l'humour juif avec un raffinement rageur. Au plateau, Johanna Nizard incarne avec talent ce personnage qui déclare être le fils d'Émile Ajar, écrivain fictif inventé par le romancier Romain Gary. Partant du principe que nous sommes d'abord les enfants des livres que nous avons lus, Delphine Horvilleur nous invite à faire un pas vers l'étranger en chacun de nous.

Avec une créativité folle et Johanna Nizard, une comédienne exceptionnelle, ce spectacle est un des moments les plus forts et les plus intenses, de cette rentrée théâtrale

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

Inscription : à l'accueil ou par Internet - **Limité à** : 25 personnes

Rendez-vous : 19h30 - **Lieu** : Théâtre des Franciscains, place St François, Vieux Nice

Date limite : 1^{er} décembre - **Animatrice** : Yolande Martino

Mercredi 20 décembre - « Ballets à Monaco » - 19h30

Dans le cadre des Commémorations du Prince Rainier III, les Ballets de Monte-Carlo ont réuni une armada d'artistes pour le plus grandiose des spectacles à Monaco.

50 danseurs + 90 musiciens + 100 choristes

L'enfant et les sortilèges : Chorégraphie Jean-Christophe Maillot

La Valse : Chorégraphie George Balanchine

Musique de Maurice Ravel avec l'Orchestre Philharmonique de Monte-Carlo, les Chœurs de l'Opéra de Monte-Carlo et le Chœur d'enfants de l'Académie Rainier III.

Vous aurez la possibilité de prendre une navette à 18h au départ de Nice, Avenue des Phocéens Jardin Albert Ier (6€ a/r)

Coût : 34,20€ 1^{re} série, par CB ou chèque à l'ordre de l'AVF (pas de remboursement, l'AVF s'engage) - ou 40,20€ avec navette (à choisir à l'inscription)

Inscription : à l'accueil ou par Internet - **Limité à** : 36 personnes

Rendez-vous : 18h 45 - **Lieu** : Forum Grimaldi, Monaco

Date limite : 6 décembre - **Animateur** : Jean-Marc Lusseyran (voir coordonnées sur le reçu)

A VENIR EN JANVIER
Avec inscription dès maintenant

Jeudi 4 janvier - « Carmen, un ballet mythique » - 19h30

Cette Carmen passionnée et fougueuse, réinventée par Johan Inger, a été ovationnée dans le monde entier et a valu au chorégraphe suédois un « Benois de la Danse » en 2016

Danseurs des Ballets de Monte-Carlo

Musique Georges Bizet - Orchestre Philharmonique de Monte-Carlo

Coût : 34,20€ 1^{re} série, par CB ou chèque à l'ordre de l'AVF (pas de remboursement, l'AVF s'engage) - **Inscription** : à l'accueil ou par Internet - **Limité à** : 31 personnes

Rendez-vous : 18h45 - **Lieu** : Forum Grimaldi, Monaco - **Date limite** : 15 décembre

Animateur : Jean-Marc Lusseyran (voir coordonnées sur le reçu)