

















PROGRAMME SEPTEMBRE 2022

PAUSE CAFE : avec Georges tous les jeudis de 9h 30 à 11h 30
CONTREE NOUVEAU : avec Rita le mercredi de 9h 30 à 12h 00
TAROT : Lundi de 14h30 à 18h, Mardi et Jeudi de 20h30 à 23h00
MARCHE (2 Niveaux) : le lundi et le jeudi 14h00 (à 13h 30 à confirmer)
MARCHE CONFORT : Mercredi à 14h 00 reprise le 7 septembre
MARCHE PROMENADE : vendredi à 14h 00, reprise le 22 septembre
ANGLAIS : les lundis à 12 h ou 13h, selon niveaux, reprise le lundi 12 septembre
APRES MIDI MULTI JEUX : le vendredi à 14h30
SCRABBLE SUR TABLE mercredi à 14h 30 (sauf 3ieme mercredi du mois) reprise le 7 septembre
CAFE REPAIR un vendredi par mois de 9h à 12h (tel 06 48 36 35 87) en partenariat avec **LA TOUPIE** (et dans leur local Bât P « Le Térébinthe, quartier des Pins)

Adaptation aux conditions sanitaires.

Jeudi 1/9/2022	Reprise des activités	
Samedi 3/09/22	JOURNEE DES ASSOCIATIONS Salle OBINO de 10 à 17h 00 : 140 associations vitrollaises seront représentées. C'est l'occasion de faire le tour des activités proposées sur la ville. Le stand AVF évidemment en fera partie et nous vous attendons nombreux pour une visite amicale.	
Mardi 6/09/22 à 14h 00	Scrabble/Duplicate : avec Rita.	
Mercredi 7/09/22 à 19h 00	Apéritif de rentrée. Sucré /salé, l'AVF offre la sangria. Inscription à l'accueil souhaitée avant le mercredi 7 septembre : (passage à l'accueil, mail avfvitrolle13@gmail.com ou message téléphonique au 04 42 89 54 14). Pensez à porter votre gobelet (moins de déchets : agenda 21).	
Jeudi 15/09/22 Départ 9 h	BALADE DE REMISE EN FORME avec Jeannine ; reprise de la marche en douceur avec Jeannine ; les grottes de Cales à Lamanon. Pique-nique sorti du sac. PAF 7.50€ Prévoir bonnes chaussures. Inscription obligatoire avant le 10 septembre à l'accueil.	

<p>Dimanche 18/09/22 à 13h 45</p>	<p>JOURNEES du PATRIMOINE à VITROLLES avec Jeannine: ouverture exceptionnelle du STADIUM (avec, sous réserve, une visite guidée par Enzo ROSADA architecte et des animations circassiennes). Inscription obligatoire à l'AVF avant le 15 septembre. Rendez vous à l'AVF à 13h 45. PAF</p>	
<p>Mardi 20/09/22 à 14h 30</p>	<p>CAFE LITTERAIRE : avec Evelyne livres à lire : « LE PRINCE DES MARÉES » de Pat CONROY et « LES CICATRICES » de Claire FAVAN, les 2 en collection Pocket.</p>	
<p>Mercredi 21/09/22 à 12h 55 Pierre P.</p>	<p>EXPOSITION au MUCEM avec Marie-Rose : PHARAONS SUPERSTARS : Toutankhamon, Néfertiti, Ramsès II, Cléopâtre ... Pourquoi certains pharaons ont traversé l'histoire, et d'autres (Sésostris, Nectanebo) sont tombés dans l'oubli ? Tarif plein 11€ vraisemblablement Pass Provence accepté (soit 1 place achetée, 1 place gratuite). ? Rendez-vous à 12h 55à Pierre Plantée pour départ de bus à 13h 00. Inscriptions à l'AVF avant le 16 au soir.</p>	
<p>Mercredi 21/09/22 à 14h 00</p>	<p>Scrabble/Duplicate : avec Rita.</p>	
<p>Jeudi 22/09/22 à 8h 00</p>	<p>MARCHE avec Annick : Auriol : ravins Infernet et Couronne, niveau 3+, entre 4 et 6h, 8 km (grottes), 400 m dénivelé. Grosse montée, retour marche instable dans ruisseau normalement à sec, prévoir une lampe et beaucoup d'eau. PAF (120 kms). Inscriptions (à l'AVF) avant le 19 septembre.</p>	
<p>Vendredi 23/09/22 à 18h 00 à Fontblanche</p>	<p>OUVERTURE DE LA SAISON CULTURELLE au parc de Fontblanche ; plusieurs spectacles gratuits se suivront ; Hip Hop sur trampoline par la Compagnie Racines Carrées, la Compagnie Scopitone présentera Blanche Neige et le Petit Poucet, théâtre « Good Bye Persil » par la Compagnie L'Arbre à vache et pour clôturer « Still lovin ze sud » concert en Jacquaravane des Frères Jacquard. Gratuit, rendez-vous sur place.</p>	
<p>Mardi 27/09/22 à 14h 30</p>	<p>JEUX DE MOTS : avec Mireille. Venez tester votre mémoire et votre sens de l'observation. Inscription à l'accueil.</p>	
<p>Jeudi 29/09/22 à 17h 00</p>	<p>Réunion d'accueillantes</p>	
<p>Vendredi 30/09/22 à 12h 00</p>	<p>COUSCOUS Places limitées, Inscription avant le 20 septembre. 15€ (apéritif et vin à table).</p>	
<p>A venir</p>	<p>En Octobre date à définir, ASSEMBLEE GENERALE électorale , salle Victor Martin (Place de l'Aire)</p> <p>En Octobre date à définir : visite de la Grotte COSQUER</p>	
<p>A venir</p>	<p>Dimanche 6 nov. 2022 : Villas Belle Epoque avec SUMIAN EVASION : Kerylos - déjeuner dans la villa Ephrussi de Rothschild. Menu : carpaccio tomates mozzarella, dos de cabillaud, écrasé de patates douces, tarte aux pommes, vin, café - 87€ + PAF . RV AVF à 7h 15 pour départ vers Aix à 7h 20. Places limitées.</p>	