










Pendant l'été, les activités habituelles de l'A.V.F. s'arrêtent (marches, marche confort, marche promenade, contrée, scrabble, scrabble duplicate, cours d'Anglais et café repair)

Nous maintenons cependant les Pause-Café des jeudis matin de 9h30 à 11h30 : moment de convivialité dans le strict respect des règles sanitaires.

A la rentrée, les cours d'Anglais avec ASTRID reprendront le LUNDI 11 SEPTEMBRE à 12h00 pour le cours « Débutants » et 13h00 pour le « cours avancé »

Ci-dessous, le détail du programme « restreint » pour toutes celles et ceux qui ne partent pas en vacances. Nous souhaitons à tous un très bel été ! Prenez soin de vous

## PROGRAMME JUILLET – AOUT 2023

TOUS LES JEUDIS MATINS de 9h30 à 11h30	PAUSE-CAFE avec Georges, Chantal ou Françoise : un moment de partage et d'échanges autour d'un café ou d'un thé, très apprécié de tous les habitués	
Dimanche 2/7/23 à 6h 45	Sortie PORQUEROLLES avec les Cars SUMIAN. Chèque de 64€ à l'ordre de SUMIAN EVASION (Bus et Bateau). Prévoir Pique-nique. Inscription avant le 23 juin. RV à l'AVF à 6h 45 pour départ du bus à Mouret à 7h 25	
Mardi 11/7/2023 6h 45 à confirmer	à Vaison la Romaine avec PROTOUR : avec Marie-Rose, grand marché et visite libre de la ville, déjeuner libre chèque 28€ à l'ordre de PROTOUR + PAF Aix. RV AVF à 6h 45 pour départ vers Aix à 6h 50 et départ du bus d'Aix à 7h 25	
Jeudi 20/7/2023 à 17h 00	Soirée Sardinades à PORT DE BOUC avec Jeannine pour les amateurs de sardines ou autres spécialités. Nombreux stands avec un large choix. Soirée détente en musique dans un cadre agréable. Inscriptions par mail ou à la pause- café du jeudi matin jusqu'au 17/07/2023 – Covoiturage : chauffeurs recherchés. PAF	
Mercredi 26/7/2023 à 17h 30	Sortie plaisir gourmand à Miramas-le-Vieux : dégustation de glaces au Quillé ou au Misto. Chauffeurs recherchés. Covoiturage PAF	
Jeudi 17/8/2023 à 18h 00	à Soirée Festines à BERRE avec Jeannine restauration et musique en plein air sur l'esplanade. . Inscriptions par mail ou à la pause- café du jeudi matin jusqu'au 14/08/2023 – Covoiturage : chauffeurs recherchés. PAF	
Mardi 29/8/2023 à 17h00	à REUNION D'ACCUEILLANT (TES)	
	Reprise des activités le jeudi 1 <sup>er</sup> septembre	