

#### LE MOT DU PRÉSIDENT

Chers Résidents, chers membres.

Cette année 2017 s'annonce des plus festives! En effet, après les fêtes de fin d'année, les animations et manifestations synonymes de retrouvailles se prolongent au sein de notre cher domaine.

Parmi de nombreux exemples on citera la traditionnelle galette des rois qui a réuni petits et grands au salon du club.

Nos tenniswomen et tennismen se sont, quant à eux, retrouvés autour d'un apéritif convivial SOIREE SAINT VALENTIN et festif.

Enfin, c'est une soirée rock and roll qui a rythmé le repas au restaurant du club. Eté comme hiver de nombreux événements permettent à tous les membres de trouver une activité, une soirée ou une manifestation, et ce, malgré la température en baisse! Pour leur engagement nous les remercions chaleureusement et ne cessons de les encourager à toujours innover.

Je vous souhaite à toutes et à tous un excellent mois de février.

LES RENDEZ-VOUS **DU MOIS:** 

\*Mardi 14 Menu libre

\*Samedi 25 **SOIREE VIETNAMIENNE** Menu € 33,00

Paul SAGGIO

PISCINE OLYMPIQUE - 8 COURTS DE TENNIS - RESTAURANT

ACTIVITÉS: GOLF-BIBLIOTHEQUE-INFORMATIQUE

PÉTANQUE - RANDONNÉE - SCRABBLE - PEINTURE - TAROT - BRIDGE - PARCOURS NATURE Etc...

# LE RESTAURANT DU CLUB

### 04 93 08 82 01

### **NOS PIZZAS**

Marguerite8,50 €	Calzone
Napolitaine8,90 €	Orientale 11,90 €
Reine 9,90 €	Hawaï 12,50 €
Quatre Fromages 10,90 €	Caprese 12,50 €
Chorizo 10,50 €	Pizzaïolo12,50€
Végétarienne .10,50 €	Saumon 12,90 €
Neptune 10,90 €	Burger 12,90 €
Campagnarde .11,50 €	Ourson 12,50 €
Cannibale11,50 €	tout supplément 1.50€

#### **NOS PATES**

Gratin de Pâtes aux légumes	11,90 €
Raviolis aux Ecrevisses et Pointe d'Asperges	13,90 €
Tagliatelle ou Penne	
Tagliatelle ou Penne Carbonara	10,90 €
Tagliatelle ou Penne Bolognaise NOS SAUCES :	9,90 €
NOS SAUCES :	

Napolitaine / Bolognaise / Carbonara / Gorgonzola / Pistou

### LES VIANDES

Steak Haché Grillé 9,90 €
Emincé de Poulet crème et champignons 12,50 €
Tartare de Bœuf12,90 €
Tartare de Bœuf Poêlé13,90 €
Carpaccio de Bœuf13,40 €
Magret de Canard
Escalope de Veau à la Milanaise ou à la crème18,90 €
Entrecôte Grillée
Filet de Bœuf Grillé
Côte de Bœuf (1 personne)
Brochette Mixte (Filet de Bœuf et Canard)22,00 €
Hamburger Texan
Assiette Cannibale18,00 €

(Tartare de Bœuf et Carpaccio de Bœuf)

SUPPLÉMENT SAUCE 1,50 € Poivre, Gorgonzola, Béarnaise, Crème et Champignons

### POUR LES ENFANTS 7.90€

Nuggets Steack poisson de poulet haché pané dessert

### **EVÉNEMENTS/SOIRÉES** JLK RESTAURATION

Service Traiteur à domicile

Prestations sur mesure pour vos événements : Mariage, anniversaire, baptême, séminaire et soirée à thème...

04 93 08 82 01 LIVRAISON DE PLATS ET DE PIZZAS DANS TOUT LE DOMAINE

### FERMETURE LE LUNDI À PARTIR DU 1ER SEPTEMBRE

Les modes de règlements acceptés : I especes, cneque, carte bleue, américan express et ticket restaurant.

LE RESTAURANT DU CLUB-HOUSE VOUS PROPOSE SON SERVICE

### « TRAITEUR A DOMICILE »

il concocte pour vous les plats que vous aurez choisis : repas complets, buffets, cocktail etc... et se rendra à votre domicile pour assurer un service impeccable, en vous laissant disponible pour vos invités...

### **ENTRÉES ET SALADES**

Une Assiette du Buffet	
Salade Niçoise	
Gravlax de saumon11,90 € (saumon frais mariné, aneth, épices)	
Salade César9,90 € (salade verte, parmesan, poulet, croutons)	
Salade Nordique	
Salade d'Artichauts à l'huile de truffes et copeaux de parmesan	
Salade Périgourdine14,90 € (magret de canard fumé, fois gras, crudités)	
Avocat et Crabe	
Foie Gras Maison	
Beignets de Crevettes Thaï12,90 € (crevettes panées, sauce soja, salade verte)	
Chèvre Chaud au Miel sur Toast 11,90 €	
Assiette d'Antipasti - Petite 12,00 €	
- Grande 19,00 €	
LES POISSONS	
Pavé de Saumon sauce Béarnaise	
Loup grillé ou Daurade Grillée au Fenouil	
Pariade de Poissons	

EN SEMAINE - FORMULE : 14.90€

TOUS NOS PLATS SONT GARNIS

LE SAMEDI - FORMULE: 16,50€ et dessert ou entrée et dessert) PLAT DU JOUR : 11,90€

LE DIMANCHE - FORMULE : 22€

### **BOISSONS**

25 cl: 2,90€ ou 50 cl: 5,80€

### **TENNIS**

#### **EDOUARD GUGGENHEIM**

domaine.

- quitté il y a bien longtemps.
- bienvenue au club!
- s'ajouter à l'effectif masculin.



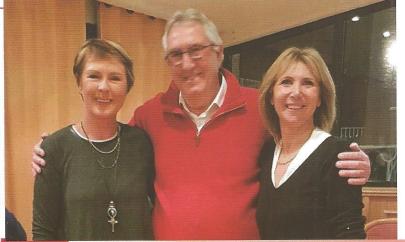
#### DÉBORAH ADES

- Elle est très heureuse d'avoir découvert le domaine où elle a fait son petit nid entourée de nombreux amis.
- Sa bonne humeur, son dynamisme font l'unanimité.
- Quant à son tennis (Elle débute) on dira.... peut mieux faire malgré de réels progrès.

### SUPER COCKTAIL SUPER AMBIANCE

Le 14 janvier à 18h. Ils étaient presque tous là les tennismen et women SENIORS pour se souhaiter une bonne année et partager un grand moment d'amitié.

- Cette réunion étant réservée aux adultes, les obligations familiales des jeunes mamans et futures championnes ne leur ont pas permis d'être présentes. Dommage!
- Carole et Aniko ont été remerciées et applaudies car c'est, en partie, grâce à elles que règne la bonne ambiance sur et en dehors des courts.
- Merci aussi à notre président Paul Saggio toujours prêt à prendre part aux animations du club.



#### **ECOLE DE TENNIS.**

C'est toujours avec joie que l'on revient dans le Laetitia et Stéphanie AMZALLAG- GEILLON Deux ados appliquées.

-Edouard est un enfant du domaine qui nous avait - Elles ne sont pas jumelles (14 et 15 ans.) mais ont le même caractère adorable, la même gentillesse, -Il a fondé une famille et le revoilà. Super et le même sourire que leur maman Julie. Élèves de troisième au collège de l'Eganande, elles -Il se débrouille très bien au tennis et vient pratiquent le tennis depuis peu mais avec une réelle envie de bien faire et de progresser.



Enseignement et réservation: idem.

Carole et Gérard BOSHOUWERS

### **ENSEIGNEMENT** LEÇONS INDIVIDUELLES ET COLLECTIVES

Tous niveaux

Stages Jeunes pendant les vacances scolaires.

**ENSEIGNEMENT:** Carole Boshouwers Tél: 06 40 71 40 92 / 04 93 73 04 81 E-mail: boshouwers.carole@orange.fr

### **PETANQUE**

LE POT DE L'AMITIÉ
POUR BIEN COMMENCER L'ANNÉE



JOIGNEZ VOUS À NOTRE EQUIPE LES: mercredi, samedi, dimanche et jours fériés dès 14h00

### AMICALE INFORMATIQUE

Samedi 4 février à 9h30 à la mezzanine : utilisation de Facebook & Messenger les réseaux sociaux



# JEUX DE SOCIETE

**SCRABBLE:** Tous les jeudi à 14 h 30

TAROT: le Vendredi à 15 h

BRIDGE: tous les lundis après-midi dans la salle

Informatique

# **PROMENADES PEDESTRES**

### **POUR LES MARCHES DU LUNDI:**

Renseignement auprès de Roger Reynaert et Arlette Grall

Tél:06.77.67.37.49 ou 06 33 62 29 10

Veuillez téléphoner pour l'horaire de départ



### **PEINTURE**

la peinture aura lieu tous les vendredis de 10h à 12h tel : 06 20 54 59 99 Mail : gislainegribel@orange.fr



# \*DES COURS DE SPORT EN INDIVIDUEL OU EN GROUPE, DU MATERIEL ADEQUAT POUR VOUS ASSURER UN TRAVAIL DES PLUS EFFICACES ET ADAPTE A VOTRE NIVEAU SPORTIF.

Info et contact :tel.06.70.07.43.03 mail : yohannpescopo@hotmail.fr - Les cours de gymnastique ont lieu salle MAURA

### CERCLE DE LECTURE

Nous vous invitons à rejoindre le "Cercle de lecture" le dernier mercredi de chaque mois de 16h à 17h30, dans le salon du Club

Contact : Mme Jermann, tel : 04 92 02 84 15

# MEDITATION AU CLUB DU DOMAINE

#### MÉDITATION DANS LA PLEINE CONSCIENCE

Yoghislaine vous accueille pour les enseignements des méditations et des respirations.

- Chaque séance est quidée (sur thème différent)
- Pour pratiquer une tenue normale et confortable .

### **ANNONCES**

- Résident âgé loue une chambre meublée de son appartement à étudiant/te ; tel **04 93 73 07 35**
- Docteur Michel AUDION, du cercle des parachutistes de Nice (breveté D) désireux de former un groupe au sein du Domaine; découverte et initiation ...... Tél. : 06 01 75 19 93
- Cherche à louer, à l'année, garage fermé; tel **06 15 59 09 88**
- Jeune femme cherche à faire des heures de ménage; tel 06 16 07 61 66 et 04 92 02 88 93
- Musicien professionnel depuis 10 ans donne cours de guitare électrique / acoustique (tous styles) et solfège. contact : 06 64 12 33 69

# UNIVERSITÉ DANS LA VILLE

Conférences Université dans la ville, Pôle Culturel Auguste Escoffier

à Villeneuve loubet

5 € par conférence / 4 € étudiants à l'UNIA /

3 € Chômeurs et – 25 ans

LA GNOSE, UNE VOIE VERS LE DIVIN . JEUDI 2 MARS 2017 Jean-Michel GALY



### - La séance de méditation peut se faire assise sur une chaise (ou coussin) .

Pour plus d'informations détaillées sur les bienfaits de la méditation, me contacter : 06 20 54 59 99

Email: ghislainegribel@orange.fr

TOUS LES MERCREDI sur rendez-vous de 10h à 11h



#### **A VENDRE**

- FORD FOCUS TDI fin 2012- 51000km- entretien constructeur- jantes alu- radar de recul- bluetooth- clim automatique- régulateur de vitesse- prix 10500 € tel : 06 60 92 75 79
- FORD FIESTA 1,4 16V Titanium- Dec 2011- 47000km- sous garantie Ford- jantes alu- radar de recul- Bluetooth- clim automatique- régulateur de vitesse : prix 8500 €.
  Tel 06 83 24 17 84

#### **A LOUER**

• Emplacement de parking couvert- LA FOUX- laisser un message au **04 93 22 93 71** 

NOTA: Les Annonces sont valables 1 mois. Si vous désirez leur renouvellement, veuillez en prévenir le Club.

# GALETTE DES ROIS



#### LÀ COMMUNICATION DU DOMAINE DES HAUTS DE VAUGRENIER

Pour recevoir en avant-première toute l'actualité du Domaine : Venez visiter votre site web sur :**www.les-hauts-de-vaugrenier.fr** Une source de renseignements pour les résidents :

- « Actualités du domaine » « Recettes de cuisine par de Grands chefs étoilés »
- « Documents ASLP » « Les activités du Club »
- « Les commerces » « L'accès au Domaine » etc....

Mais aussi « Les bonnes affaires »(Onglet Commerces) qui

permettent aux résidents de profiter de remise-conditions particulières ou autres.

Inscrivez-vous sur la newsletter et restez informés de l'actualité du Domaine :

http://newsletter.les-hauts-de-vaugrenier.fr

Le mot de passe pour l'inscription est : resident

Pour devenir annonceur : Contactez Christophe Jan-Roy au 06.08.800.591

ou par mail: christophe@drakkar-communication.com

# LE RESTAURANT DU CLUB

Monsieur KESSAS et son Equipe vous accueilleront tout au long de cette ANNEE 2017 avec leurs sourires habituels....





GOLF



# BIBLIOTHEQUE LE DIMANCHE DE 10 H À 12 H SALON DU CLUB Voici notre liste habituelle, avec en tête les dernières acquisitions :

TITRE	AUTEUR	GENRE LITTERAIRE/REPÈRES
Le piège de la Belle au bois dormant	Mary Higgins Clark	Suspense, meurtre non élucidé
Kabukicho	Dominique Sylvain	Polar, nuits fauves de Tokyo
Message sans réponse	Patricia MacDonald	Thriller psychologique
Opération Napoléon	Arnaldur Indridason	Thriller en Islande
Une fille et un flingue	Ollivier Pourrioll	Roman dans le monde du cinéma français
Le bureau des jardins et des étangs	Didier Decoin	Roman d'aventures, Japon XIIe siècle
Toutes ces grandes questions sans réponse	Douglas Kennedy	Livre témoignage de l'auteur, réflexions sur l'existence
Demain les chats	Bernard Werber	L'humanité vue par les chats
Intimidation	Harlan Coben	Thriller, cybercriminels etc.
Au-delà de l'impossible	Didier Van Cauwelaert	Visiteurs de l'au-delà
Pukhtu Secundo	Doa (pseudonyme)	Polar / Services secrets
Et tu trouveras le trésor qui dort en toi	Laurent Gounelle	Roman, réflexions sur l'homme et le message divin
Dans la paix des saisons	Christian Signol	Roman, hymne à la vie
Le premier miracle	Gilles Legardinier	Aventure, humour, histoire
En route vers toi	Sara Lövestam	Destins de femmes à un siècle d'écart
Derniers feux sur Sunset	Stewart O'Nan	Portrait romanesque de Francis Scott Fitzgerald
Un enfant plein d'angoisse et très sage	Stéphane Hoffmann	Comédie familiale grinçante
Torrent	Angelo Rinaldi (Académicien)	Un jeune Corse monté à Paris
Le dernier des nôtres	Adélaïde de Clermont- Tonnerre	Prix Académie Française, romance & thriller, de Dresde bombardé au New York hippie
Ecoutez nos défaites	Laurent Gaudé	Roman, absurdités des guerres
Le garçon	Marcus Malte	Prix Femina, épopée d'un garçon sauvage au début du 20° siècle
Les vies de papier	Rabih Alameddine	Prix Femina Etranger, hommage à la littérature, vie d'une libraire à Beyrouth
Double nationalité	Nina Yargekov	Prix Flore, roman ethno-comique, amnésie et 2 cultures
Chanson douce	Leïla Slimani	Prix Goncourt, Roman, nounou/préjugés/crime
Petit pays	Gaël Faye	Prix Fnac + Goncourt des Lycéens, enfance douce au Burundi malmené par l'Histoire
Bonnes lectures !		Monika

**BIBLIOTHÈQUE** 

Monika - tel 04 93 20 93 04

Bonnes lectures!

# **ENFANTS**

Ouverture le 1er mercredi du mois, de 15 h à 17 h; contact: Alexandra 06 21 52 06 85

# **ANIMATIONS SPORTS**

INITIATION SPORTIVE ET FOOTBALL **GRATUITE POUR LES JEUNES:** 

Le dimanche 10H à 12H00 sur le court numéro 8.

# **FOOT BALL LIGUE DES CHAMPIONS** DE L'UEFA

Mardi 14 Fev.
PSG/BARCELONA20h45
Mercredi 15 Fev.
BAYERN / ARSENAL20H45
Mardi 21 Fev.
MAN.CITY / MONACO20h45
Mercredi 22 Fev.
PORTO / JUVENTUS20H45

# COURS DE PILATES

### **AVEC PROFESSEURS CERTIFIÉS**

Une technique douce de renforcement musculaire, basé sur le contrôle du mouvement et de la respiration. Classes enseignées par Giulia M.BALLOTTO, ancienne gymnaste et danseuse professionnelle certifiée à l'école Cova Tech Pilates School de Milan, le centre le plus important pour l'apprentissage et la pratique de la méthode Pilates en Italie, avec plus de 500 professeurs certifiés dans le monde.

Jours et horaires :

MARDI de 10h30 à 11h30

MERCREDI et VENDREDI de 18h à 19h

Salle polyvalente A.Maura du Domaine ; possibilité de cours individuels à la maison.

Contact et inscription :

tel 06 98 36 75 41 - mail : info.giuliaballotto@gmail.com

Notre Club Service féminin, Inner Wheel, se réunit dans votre belle propriété pour une heure de réunion suivie d'un repas pris toutes ensemble chaque 4ème jeudi du mois.

Mais qui sommes-nous ? Nous vous proposons de vous le dire pendant une mini-conférence qui vous expliquera ce qu'est Inner Wheel, le jeudi 23 février à 11 heures 30. Si votre curiosité est attisée dès maintenant, n'hésitez pas à aller sur notre site: www.innerwheel.fr.

À bientôt, inutile de vous inscrire, juste venir si le cœur vous en dit! Si vous souhaitez déjeuner avec nous, prévenir notre présidente au 06 82 79 54 81 ou par mail elina.faure@gmail.com

Elina Faure

Présidente du Club Inner Wheel de Cagnes-sur-Mer

### **ADMINISTRATION**

### BUREAU

### Membre d'honneur:

Marie BENASSAYAG - Conseiller aux finances et aux relations ASLP

LES COMPTES RENDUS DU C.A. SONT EN CONSULTATION LIBRE AU BUREAU DU CLUB.

### MEMBRES DU CONSEIL D'ADMINISTRATION

Alexandra BENASSAYAG

Monique CONSTANT

Christiane DARYABEGUI

Henri GENESTE

Arlette GRALL

Maurice MACHLEWICZ

Jean Marc THIEFFIN

### CLUB CONTACTS vos contacts pour chaque activité

BIBLIOTHÈQUE Monika MICHEL SCHULIAR : monika.michel-schuliar@wanadoo.fr 04 93 20 93	3 04
BIBLIOTHÈQUE ENFANTS Alexandra BENASSAYAG	
GOLF Jacqueline RAIMONDO	9 23
PEINTURE Ghislaine GRIBEL 06 20 54 5 ghislainegribel@orange.fr	9 99
INFORMATIQUE Helene GREISSLER WILLIS 06 42 42 2	9 52

CONFÉRENCES Roger DUBON06 15 59 09 88 roger.dubon@orange.fr
PROMENADE PEDESTRE DU LUNDI Roger REYNAERT
PROMENADE PEDESTRE DU 1 <sup>ER</sup> JEUDI DU MOIS Arlette GRALL
SCRABBLE Julie COHEN
TENNIS Gérard BOSHOUWERS04 93 73 04 81

# **CONTACT CLUB**

TEL. **04 93 73 05 21** e-mail club.domaine.hauts.vaugrenier@wanadoo.fr

En FEVRIER permanences assurées le LUNDI et VENDREDI de 9h à 12 h

# NUMEROS UTILES DU DOMAINE - POSTE DE GARDE : 04 93 22 57 36