



Newsletter de Mars 2020

Le mois de Mars annonce déjà le retour des températures estivales sur Bangalore et nous a inspiré un programme, qui nous l'espérons, séduira le plus grand nombre : *relaxation, sport, jeu, jardinage, dégustation, art & craft et moments conviviaux...*

Que vous soyez déjà fin(e) connaisseur(se) ou animé(e) par la curiosité, ouvrez grand vos oreilles, armez vos mains de dextérité, décomplexez vos pieds, laissez exploser vos papilles, échangez vos bons plans et... foncez vous inscrire aux activités proposées !

Enfin, n'hésitez pas à vous laisser porter par une petite virée dans l'imaginaire, avec la sélection « *Coup de cœur* » de la bibliothèque.

Le mois de Mars est également le moment de vous présenter le rapport annuel de l'association, à l'occasion du Café Français où se tiendra le Conseil d'Administration, le 24 mars prochain : un moment fort pour Bangalore Accueil, où votre présence est vivement souhaitée (détails dans la newsletter ci-après).

Ne tardez pas à vous inscrire !

A très bientôt.

Charlotte, Corine, Hélène et Maryline.

Nouveaux arrivants

Pour les **nouveaux arrivants** qui souhaitent s'inscrire à Bangalore Accueil et recevoir la newsletter : [cliquez ici](#).

RENOUVELLEMENT DU BUREAU - APPEL À BÉNÉVOLES

L'année passe très vite et au mois de Mai il sera déjà temps de renouveler l'équipe BA :

Pas besoin de vivre à Bangalore depuis 2 ans pour se lancer dans l'aventure ! Au contraire, c'est une fantastique opportunité pour découvrir la ville, la culture indienne, la communauté française et développer de nouvelles compétences.

Envie de faire partie de l'aventure, envoyez-nous un email à bangaloreaccueil@gmail.com

et/ou venez en discuter lors du prochain Café français (voir article ci-après).

ANIMATIONS D'ATELIERS APPEL À BÉNÉVOLES

Nous recherchons activement des bénévoles pour animer les prochaines activités du club !

Vous êtes volontaire pour proposer un atelier, une activité, faire partager une passion, une découverte ?

Envoyez-nous un email à bangaloreaccueil@gmail.com

Thérapie par le son : Les bols Tibétains



Avez-vous déjà entendu parler des bols chantants ou bols Tibétains ?

Laura, Pauline et **Charlotte** vous proposent de découvrir une nouvelle technique de relaxation par le son, au **centre Srikam, sur Indiranagar**.

Déjeuner possible pour ceux et celles qui le souhaitent dans un restaurant d'Indiranagar.

NB : Venez en tenue décontractée. Séance sur tapis.

Date : Mardi 3 mars 2020, de 10h30 à 12h30.

Participation : 1000 INR par personne. Veillez à faire l'appoint SVP.

Attention, nombre de places limité à 20.

Afterwork



Envie de **prendre un verre** et de vous relaxer après une journée bien méritée, ou juste le temps de la causette, nous vous

donnons rendez-vous au pub "**The Pallet**" proche de Whitefield, afin de partager un moment de convivialité.

Le principe reste le même : chacun paie avant son départ ses propres consommations (boissons et nourriture) auprès du référent BA de la soirée (le lieu n'accepte pas les notes individuelles).

Date : Jeudi 5 mars 2020, à partir de 19h30.

Lieu : The Pallet, HPV Crest, ITPL Main Rd, Thigalarapalya, Whitefield ([Google map](#))

Pas d'inscription nécessaire. Pas de limitation de convives : parlez-en autour de vous et venez profiter d'une bonne soirée !

Atelier Happy Soles - The art village



Place à la créativité avec **Arsheen Moosa**, designer de **Kolhapuris**, la chaussure locale "made in India". Venez réaliser vos propres sandales et laisser l'art s'exprimer au travers de vos émotions et de vos mains. Peinture, collage, concentration et précision seront à l'honneur.

Date : Mardi 10 mars 2020, de 10h30 à 13h30.

Participation de 2200 INR par personne. Veillez à faire l'appoint SVP. (Collation incluse)

Attention, nombre de places limité à 12.

Atelier maintenu uniquement si 10 inscrits minimum.

Atelier initiation Mah-jong



Logique et détente : **Catherine** vous invite à découvrir le fameux jeu de société d'origine chinoise, le **mah-jong**.

L'initiation se terminera pour ceux et celles qui le souhaitent par un déjeuner en commun.

Date : Mercredi 11 mars 2020, à 10h30.

Attention, nombre de places limité à 8.

Diner parfait : Accords mets et thés



Le thé offre des possibilités d'associations étonnantes au même titre que le vin. Il est en effet possible de créer des accords « Thés &

Mets » subtils et équilibrés qui sauront mettre en valeur certains plats.

Notre sommelière en thés **Smita** vous propose de vivre une expérience savoureuse le temps d'un diner au **Shangri -La**. Un menu spécial a été élaboré avec le chef du restaurant **Ssaffron** pour un moment de saveurs et d'exception.

Date : Vendredi 13 mars 2020, à 19h30.

Participation : 2600 INR par personne.

NB : Cash uniquement. Veillez à faire l'appoint SVP.

Attention, nombre de places limité à 23.

Diner maintenu uniquement si 10 inscrits minimum.

Atelier Terrarium



Amateur ou non de jardinage, envie de comprendre quelques techniques, **Dileep** vous propose de réaliser un terrarium.

Après l'atelier, ceux et celles qui le souhaitent pourront déjeuner sur place dans le patio du **Rogue Elephant** et pourquoi pas se faire une virée shopping.

Craft, gourmandise et shopping..., tout un programme, n'hésitez pas, rejoignez-nous !

Date : Mardi 17 mars 2020, de 11h00 à 13h00.

Participation : 1800 INR (activité seule) / 2600 INR (activité+ lunch). Veillez à faire l'appoint SVP.

Attention, nombre limité à 15.

NB : Inscription jusqu'au 12 mars uniquement

Atelier cuisine grecque



La Grèce à l'honneur ce mois dans vos assiettes avec **Christelle**. Après les fromages et la charcuterie, pourquoi pas une virée dans la cuisine grecque. Tout l'art de composer avec les produits locaux pour arriver à vous surprendre !

Date : Jeudi 19 mars 2020, à 10h

Participation : 1000 INR par personne. Veillez à faire l'appoint SVP.

Attention, le nombre de places est limité à 8.

Atelier enfants 5-12 ans : Block Print dans le Nord



Le **Block Print** revient à l'honneur du côté des jeunes pousses. Vos enfants seront guidés par les mains expertes de notre animatrice **Pooja**, pour réaliser un sac et une trousse : place à la créativité à l'infini !

Date : Vendredi 20 mars 2020, de 16h30 à 18h30.

Participation : 1400 INR par enfant. Veillez à faire l'appoint SVP.

Attention, nombre de places limité à 10.

Ciné-club



Estelle vous attend chez elle, à Palm Meadows, pour visionner le film « **A bord du Darjeeling Limited** », une comédie dramatique américaine de 2008 : l'histoire de trois frères, qui essaient de renouer le dialogue en faisant un voyage à travers l'Inde, sorte de retraite spirituelle, après ne s'être pas parlé depuis un an. (durée : 1h47)
Bande annonce : [cliquez ici](#).

A fin de la projection et pour celles et ceux qui le souhaitent, nous vous proposons de partager le repas ensemble. Merci d'amener un plat ou quelque chose à grignoter.

Date : Vendredi 20 mars 2020, à 10h30.

Attention, nombre de places limité à 8.

Café français & Conseil d'admin



Ce mois-ci, **Angèle** accueille le café français dans le **centre** : ce sera l'occasion de réunir le **Conseil d'administration de**

l'association, lors duquel le bureau de Bangalore Accueil rendra compte des actions réalisées depuis mai 2019 et dressera un premier bilan.

Nous vous attendons nombreux pour ce moment important de la vie de l'association !

Le principe reste le même : mettez vos talents de cuisinière ou cuisiner à l'épreuve ou apportez une boisson pour partager un bon moment.

Date : Mardi 24 mars 2020, à partir de 10h30.

Lieu : Centre de Bangalore

Pas d'inscription nécessaire. Ouvert à tous les francophiles et francophones.

Sortie Vélo dans le nord



Avant qu'il ne fasse vraiment trop chaud, **Thierry** vous propose une dernière **sortie vélo** à la découverte de la campagne du nord. Un petit parcours bucolique d'environ 25 km.

Ceux et celles qui le souhaitent pourrons rester pour partager un repas dans le jardin de Thierry.

NB : Possibilité d'emprunter un vélo sur place. Le nombre étant limité, premier arrivé, premier servi !!

Date : Vendredi 27 mars 2020, à 9h00.

Attention, le nombre de places est limité à 8

Atelier Conférence – Gestion Hormonale



Notre diététicienne **Elsa Depoux** et **Dr Swarnalatha Chandhran** (Docteur en Ayurvèda) vous donnent rdv pour une conférence sur la

gestion au quotidien de nos différents problèmes hormonaux : alimentation, posture de yoga, méditation... quelques conseils bons à prendre pour une meilleure hygiène de vie.

Après l'atelier, si vous le souhaitez il est possible de partager le déjeuner ensemble. Pour cela il suffit juste d'apporter quelque chose à grignoter.

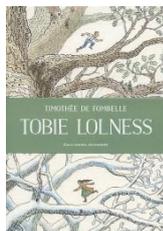
Date : Mardi 31 mars 2020, à 11h00.

Participation : 1200 INR par personne. Veuillez à faire l'appoint SVP.

Attention le nombre de places est limité à 15.

RDV des lecteurs

Ce mois-ci pour la sélection « Coup de cœur » du mois de mars, Marion propose à vos enfants de vous plonger dans l'univers du fantastique...



Pour découvrir la suite, [cliquez ici](#)

Bibliothèque

La **bibliothèque** est ouverte en libre-service :



- **Tous les jours de la semaine** : de 9h00 à 17h30.
- **Le samedi** : de 10h00 à 17h00.
- **Permanence & Conseils** : le mardi après-midi, avec **Marion**.

Rendez-vous : à **Palm Meadows**.

Carte V-Cloud

Vous avez toujours la possibilité de nous envoyer un mail pour obtenir la **carte V-cloud** afin d'obtenir des réductions dans divers lieux de Bangalore. Vous pouvez également vous la procurer lors du prochain café français.

Plus d'informations sur la carte V-Cloud : <https://www.vclusive.com/membership>

RÉUNION D'INFORMATION pour les candidats au Bureau BA 2020/2021

Comme annoncé en début de Newsletter, notre mandat au sein du bureau de Bangalore Accueil s'achèvera en Mai 2020. Nous espérons que de nombreux candidats se feront connaître pour reprendre et poursuivre les missions de l'association.

Afin de vous permettre de prendre la mesure de ce challenge passionnant nous vous inviterons à une réunion d'information spécifique qui se tiendra au mois d'avril.

Cette réunion ne vous engagera à rien pour la suite, mais si vous êtes intéressés pour participer, envoyez-nous dès à présent un mail à : bangaloreaccueil@gmail.com.