



NEWSLETTER ABU DHABI ACCUEIL



ABU DHABI EN NOVEMBRE

La saison 2022/2023 est bel et bien lancée et nous tenons à remercier tous nos adhérents pour leur soutien. L'intérêt que vous portez à l'association est fondamental! Le mois dernier, l'association a enregistré plus de 320 familles adhérentes!

Nous profitons d'ailleurs de cet édit, pour faire un appel à volontaires, l'association existe grâce aux adhérents bien sûr, mais aussi grâce à l'implication des bénévoles. Alors... si vous souhaitez donner de votre temps, de vos compétences, et de votre bonne humeur, n'hésitez pas à nous rejoindre!

A très vite !

L'équipe ADA

A VOS AGENDAS!

VENDREDI 4 NOVEMBRE 2022

Dancing night au Vakava "El Dia de Los Muertos"

SAMEDI 5 NOVEMBRE 2022

Visite de la Grande Mosquée en soirée

JEUDI 10 NOVEMBRE 2022

Soirée dégustation de vin

LUNDI 14 NOVEMBRE

Dîner au restaurant gastronomique LPM

MERCREDI 16 NOVEMBRE

Atelier peinture couteau à l'huile

JEUDI 17 NOVEMBRE

Visite guidée pour la "Art Fair" à Manarat Al Saadiyat

VENDREDI 18 - SAMEDI 19 NOVEMBRE

Abu Dhabi Accueil fait son marché de Noël avec The French Pop Up

MARDI 29 NOVEMBRE

Assemblée Générale d'Abu Dhabi Accueil

Retrouvez le calendrier des activités sur www.abudhabi-accueil.com

2

RÉTRO-SPECTIVE DU MOIS PASSÉ

3-5

RETOUR EVENEMENT : ADCB PINK RUN/ COUSSINS COEUR

6-7

IDÉES DE SORTIES EN EXTERIEUR

8-9

ADA ENTREPRENEURS FÊTE SES 1 AN

10-11

LES COUPS DE COEUR DU CLUB LECTURE

12

ÇA SE PASSE PRÈS DE CHEZ VOUS

13-14

OFFRES PARTENAIRES

15

RECHERCHE BÉNÉVOLES

RÉTROSPECTIVE DU MOIS PASSÉ

En octobre dernier, bénévoles et adhérents se sont retrouvés lors de multiples évènements. Dans l'ordre des photos : réalisations créées lors de l'atelier peinture à l'huile avec Nathalie, conférence sur le droit de la famille, visite du Mémorial du Fondateur, café des nouvelles au Q2, café des langues, séance de longe-côte à la Corniche, soirée couscous au Royal M., tour en bus Abu Dhabi pratique, visite de l'hôpital des faucons en famille, séance de yoga à l'Alliance Française.



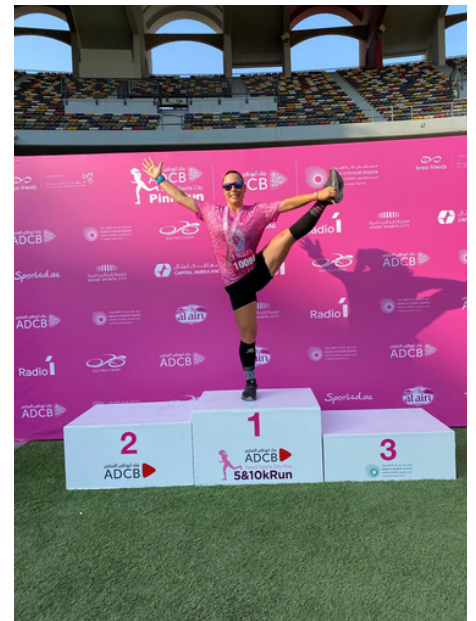
RETOUR ÉVÈNEMENT OCTOBRE ROSE : ADCB PINK RUN 2022



Samedi 22 octobre dernier, la team ADA s'est réunie pour participer à la course ADCB Pink Run 2022. C'est ensemble, tout de rose vêtus, que nos 10 participants ont franchi la ligne d'arrivée!

L'évènement a vu environ 1 600 participants de 95 nationalités remplir le stade Zayed Sports City pour soutenir la lutte contre le cancer du sein.

Félicitations à eux d'avoir participé à cet évènement, et merci à Emma, notre coach bénévole, pour ses séances d'entraînements ;-)





Après avoir parlé de nos bénévoles sportifs, voici la team des couturières! Elles se sont également mobilisées dans la lutte contre le cancer du sein en participant à l'initiative du Docteur Céline Pons. Nos bénévoles couturières ont donc pu user de leur talent et allier ce loisir à une bonne action en confectionnant de jolis coussins coeur.



Ci-contre nos talentueuses couturières et leurs réalisations.



Interview du Docteur Pons : elle nous raconte l'histoire de ces petits coussins...

ADA : Bonjour Docteur, pouvez-vous vous présenter en quelques mots ?

Docteur Pons : Je suis arrivée à Dubaï il y a bientôt 15 ans après avoir travaillé en Afrique du Sud et en Asie. Ce fut le début d'une nouvelle étape dans ma vie puisque j'avais un bébé de trois semaines - c'est d'ailleurs grâce à lui que j'ai trouvé très vite du travail puisque son pédiatre m'a recrutée !

ADA : Le coussin coeur, de quoi s'agit-il ? Racontez-nous l'histoire de ce beau projet.

Docteur Pons : Le coussin cœur outre sa forme symbolique, a été créé par un chirurgien du sein afin de soulager les douleurs post chirurgie du sein. Il se place sous le bras, supporte l'épaule, empêche le frottement au niveau des cicatrices. C'est donc une forme et un poids spécifique. C'est par ailleurs très facile à réaliser et avec très peu de matériel.



ADA : Qu'est-ce qui vous a décidé à mettre en place cette action solidaire?

Docteur Pons : Cela faisait longtemps que je voulais organiser un projet d'ordre caritatif. J'ai contacté quelques patientes / amies l'année dernière en leur demandant si elles étaient partantes pour relayer l'idée et organiser des petits ateliers entre copines/ voisines / en famille aussi. La réponse a été incroyable - les coussins arrivaient par dizaine à la clinique presque tous les jours. Le retour était très positif : la satisfaction de faire quelque chose pour les autres n'a pas de prix.

ADA : Comment se passe la distribution auprès des patients ?

Docteur Pons : La distribution a été en fait plus compliquée à mettre en place car je souhaitais que les personnes ayant participé au projet puissent aller jusqu'au bout, c'est-à-dire aussi pouvoir offrir leur coussin. L'accès à l'hôpital n'est pas évident pour les visiteurs. Cependant nous avons pu aller à l'hôpital américain avec notamment les adolescents qui ont participé au projet et cela était un moment incroyable et très joyeux. C'est aussi un des buts du projet... faire réaliser à des jeunes qui grandissent aux Emirats qu'ils peuvent aider d'autres personnes.

Les coussins ont été également distribués aux chirurgiennes du sein et à l'association Brest Friends fondée par la chirurgienne Dr Houriya Kazim qui aide les femmes dans leur combat contre le cancer du sein .

Merci Docteur d'avoir pris le temps de répondre à nos questions et d'avoir lancé ce beau projet.



IDÉES DE SORTIES EN EXTÉRIEUR : LES GRANDS ESPACES NATURELS À ABU DHABI

Alors qu'en Europe l'hiver s'installe, le ciel se couvre, les jours raccourcissent, ici à Abu Dhabi nous profitons enfin d'une météo plus clémente. C'est donc la saison idéale pour (re)découvrir les grands espaces extérieurs d'Abu Dhabi.

Le parc national des Mangroves

En plein cœur d'Abu Dhabi, le parc national des Mangroves est le poumon vert de la ville. Un vrai petit havre de paix loin de l'agitation de la ville, à explorer en kayak ou en paddle !



- **Eastern Mangrove**

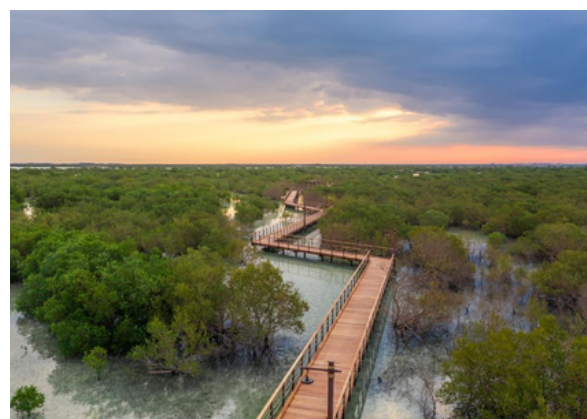
Vous pouvez vous balader sur la mangrove avec des bateaux électriques, des kayaks et des paddles en location. www.sea-hawk.ae.

- **Al Reem Island**

Possibilité de louer des kayaks à Reem Island. Un bon moyen pour explorer les mangroves ou sortir vers la mer pour une vue unique sur la ville. Le paddle est également une activité idéale pour parcourir les mangroves. www.sea-hawk.ae.

- **Jubail Mangrove Park** - park.jubailisland.ae

Les passerelles en bois aménagées tout au long de cette promenade dans les mangroves permettent d'explorer le paysage naturel et d'observer la faune dans un environnement calme. Idéal pour toute la famille! En plus de la superbe promenade dans la nature, on peut également faire du kayak (accompagné d'un guide) à travers les mangroves.



IDÉES DE SORTIES EN EXTÉRIEUR : LES GRANDS ESPACES NATURELS À ABU DHABI

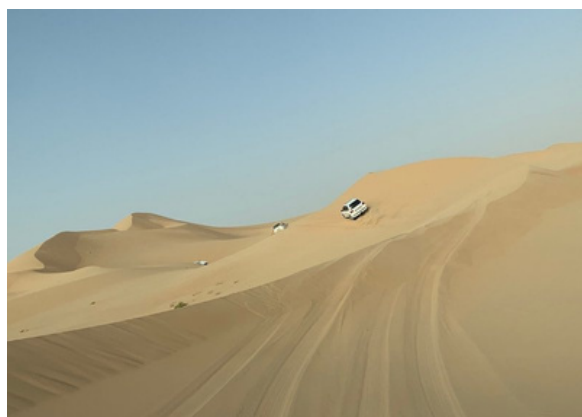
L'Oasis d'Al Ain

D'une superficie de 1 200 hectares, l'oasis est classée au Patrimoine mondial de l'Unesco depuis 2011. Elle abrite environ 147 000 palmiers-dattiers ! La promenade dans les allées ombragées est vraiment très agréable! Vous y découvrirez aussi le "falaj" un système d'irrigation traditionnel et ingénieux, inventé il y a environ 3000 ans. A faire en famille !



Le désert de Liwa

À un peu plus de 200 kilomètres au sud-ouest de la ville, le **désert de Liwa** abrite la plus haute dune des Emirats, **la Moreeb Dune (300m de hauteur)**. C'est aussi l'occasion d'admirer de somptueux couchers de soleil. Prévoir plutôt de découvrir cette zone sur un weekend.



Al Wathba Wetland Reserve

La réserve d'Al Wathba est une bouffée d'air frais loin de la ville. Vous aurez de grandes chances d'apercevoir des flamants roses ! Cela représente une marche d'environ 3 heures. Il y a des cabanes pour s'abriter le long du chemin, mais avec le soleil, pensez à la crème solaire et au chapeau. Ornithologues amateurs, mais aussi amoureux de la nature, couples et familles avec enfants passionnés



par la faune seront très heureux d'être ici. Attention tout de même pour les familles avec des tout-petits et des nourrissons, vous pourriez trouver la marche un peu fatigante.

CLUB ENTREPRENEURS ADA :

Le Club Entrepreneurs d'Abu Dhabi Accueil fête ses 1 an. L'occasion de revenir sur cette initiative et d'en faire un premier bilan.



On fait le point avec l'actuelle présidente d'Abu Dhabi Accueil, Elisabeth LOISON, à l'initiative de ce projet.

ADA : Peux tu nous rappeler l'origine d'ADA Entrepreneurs ?

Elisabeth : A l'origine, ma réflexion portait sur le fait qu'Abu Dhabi Accueil s'occupait des familles de leur arrivée et tout au long de l'année. Mais la dimension professionnelle n'était pas vraiment traitée.

L'opportunité est survenue avec la mise en œuvre par le gouvernement d'Abu Dhabi d'une licence d'autoentrepreneur (Freelicence) rendant l'entrepreneuriat plus accessible.

Ensuite, l'entrepreneuriat est souvent une opportunité de reconversion de carrière qui permet au conjoint suiveur de trouver un équilibre entre la vie familiale (et notamment le rythme scolaire) et la vie professionnelle. **Ce groupe permet ainsi d'éviter l'isolement de ces conjoints et trouver l'énergie par le partage de bonnes pratiques, les discussions sur son projet professionnel, ...Etc**

ADA : Quelles sont les activités proposées au sein du groupe ?

Elisabeth : Au début, c'était tout simplement se retrouver autour d'un café, partager son projet professionnel et les difficultés rencontrées pour aller créer sa licence. C'était le début d'un nouveau processus administratif, pas toujours simple à comprendre surtout pour celles et ceux qui ne sont pas bilingues.

Nous avons créé un groupe whatsapp et de fil en aiguille, **Sinda DJOMAA**, *rédatrice technique*, a proposé de mettre son savoir-faire à profit en rédigeant une FAQ. Ce travail collaboratif avec l'ensemble des entrepreneurs, a permis de rassembler toutes les bonnes pratiques pour faciliter la création de la freelicence.

Nous nous sommes également réunis dans des espaces de coworking pour travailler sur nos projets respectifs. Une fois encore, l'idée est de ne pas rester tout le temps chez soi, isolé et seul.



CLUB ENTREPRENEURS ADA

Enfin, **j'ai fait appel à des professionnels** pour nous accompagner sur des thèmes divers comme, au tout début, **Maitre Jean Michel MORINIERE**, *avocat en droit des affaires à Abu Dhabi*, qui a décrypté cette nouvelle freelicence; comme **Jihane LABIB**, *coach professionnelle*, qui a proposé un atelier sur le choix entre le salariat et l'entrepreneuriat; ou encore **Aurore POTTIER**, *coach professionnelle*, qui a animé un atelier sur le projet professionnel de l'entrepreneuriat. En juin, nous avons demandé à **Caroline THEVENOT**, *comptable aux Emirats*, de nous expliquer comment tenir une comptabilité d'entreprise. Et enfin, **Catherine ROUSSEAU**, *consultante en co-développement*, qui nous a initié au pouvoir du co-dév permettant d'enlever le caillou dans la chaussure qui nous freine souvent dans notre développement.

Plus récemment, j'ai cherché à développer les compétences sur les réseaux sociaux avec l'intervention de **Guillaume LARRONDE** pour optimiser sa page **LinkedIn**. Et courant novembre, j'espère une intervention sur la gestion d'une page **Instagram**.

ADA : Quel est ton bilan pour cette 1ère année ?

Elisabeth : Nous sommes aujourd'hui 28 au sein du groupe dont 17 ont une licence permettant de travailler. Ce groupe est très varié, nous avons des coachs, des créateurs (bijoux, couture, ...), une décoratrice d'intérieur, des coachs sportifs, des consultants...etc. Je ne m'attendais pas à pouvoir réunir autant de personnes à Abu Dhabi autour de l'entrepreneuriat.

Je pense sincèrement que ce groupe a permis à certains de se lancer et/ou de trouver la force de continuer à avancer sur leurs projets professionnels.

ADA : Quels projets pour cette 2ème année ?

Elisabeth : De nouvelles familles se sont installées en septembre, nous allons donc pouvoir reprogrammer les ateliers autour de l'orientation professionnelle dès novembre. Cette année, les entrepreneurs installés pourront encore plus facilement aider les nouveaux arrivants !

ADA : Comment faire pour rejoindre ce groupe

Elisabeth : Si vous vous lancez dans l'entrepreneuriat et que vous souhaitez rejoindre le groupe, il suffit de m'envoyer un whatapps pour que je vous ajoute à notre groupe.

En synthèse : ADA Entrepreneurs, c'est aujourd'hui 28 entrepreneurs, des rencontres et échanges, des ateliers constructifs et professionnels pour avancer dans les projets.

Retrouvez toutes les infos sur la page du [site Abu Dhabi Accueil](#)

Informez-vous sur la freelicence accessible à Abu Dhabi grâce à la [FAQ](#).

LE CLUB LECTURE

LES COUPS DE COEUR

Ce mois-ci, notre club lecture, co-animé par Radia et Emmanuelle, vous propose de découvrir :



« **Le service des manuscrits** » de Antoine Laurain

Véritable plongée dans le petit monde de l'édition, construit comme un roman policier, ce livre décrit les anecdotes et pensées autour de la relation entre un écrivain et son éditeur, ce qui le rend vraiment intéressant.

Un roman qui se lit très vite puisqu'écrit avec une plume agréable, mais presque trop court, tant on aurait aimé continuer à découvrir cet univers.

« **Vivre** » de Yu Hua

Comment échapper à un tel titre ?!!!

Ce livre est une fresque romanesque retraçant les bouleversements de la Chine de la seconde moitié du XXe siècle, à travers les souvenirs d'un étonnant vieillard, Fugui. Adaptation cinématographique de Zhang Yimou.

« **L'âme du violon** » de Marie Charvet

Différentes époques, quatre êtres unis par un violon qui va changer leur destinée : un luthier du XVIIe siècle, un Tsigane musicien dans la France des années 1930, une jeune peintre rêvant d'être exposée à Paris et un entrepreneur dont le cœur n'est touché que par des airs classiques. A découvrir absolument.

LA BIBLIOTHEQUE D'ADA

Si vous cherchez des livres à emprunter, sachez que la bibliothèque d'Abu Dhabi Accueil abrite de nombreux ouvrages pour adultes et enfants, en français mais aussi en anglais.

Pour plus d'informations, contactez Radia, notre bénévole/animatrice du club lecture, via Whatsapp +33 7 69 06 81 46 ou par téléphone +97 150 539 2432

- Vous avez des livres que vous ne lisez plus et vous ne savez pas quoi en faire?
- Vous quittez Abu Dhabi et avez des livres à donner?

**PENSEZ À LA BOÎTE AUX LIVRES
D'ABU DHABI ACCUEIL**



Qu'est ce qu'une boîte aux livres?
Une boîte aux livres permet une seconde vie à vos livres.
Chacun peut y déposer ou emprunter un livre librement sans contrepartie.

**Contactez RADIA
(whatsapp +33 7 69 06 81 46)**



ÇA SE PASSE PRÈS DE CHEZ NOUS



**THE WORLD TRIATHLON
CHAMPIONSHIP FINALS 2022**

Du 23 au 16 novembre 2022
Yas Island - Abu Dhabi

SHEIKH ZAYED FESTIVAL

Réouverture à partir du 18 novembre 2022
Al Wathba

**SHEIKH ZAYED FESTIVAL
ABU DHABI**



YAS MOVIES IN THE PARK
Du 5 au 6 novembre 2022

Yas Links Golf Club - Yas Island
Inscription en ligne sur www.yasmip.ae

free

**FORMULA 1 ETIHAD AIRWAYS ABU DHABI
GRAND PRIX 2022**

du 17 au 20 novembre 2022
Yas Marina circuit - Yas Island



ANDREA BOCELLI LIVE IN CONCERT

Le 24 novembre 2022
Etihad Park - Yas Island



PARK MARKET

AT UMM AL EMARAT PARK
du 4 novembre au 18 mars 2022 de 16h à 20h
Umm Al Emarat Park - Abu Dhabi



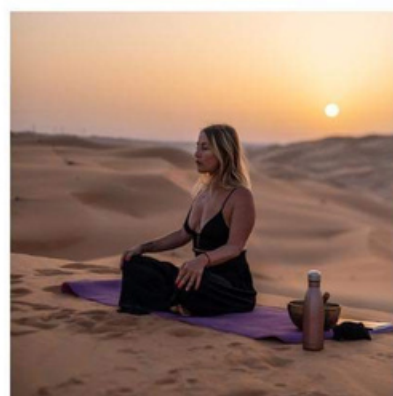
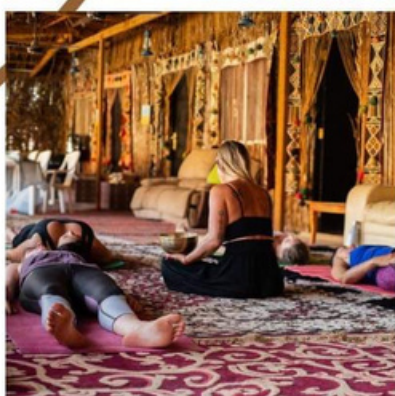
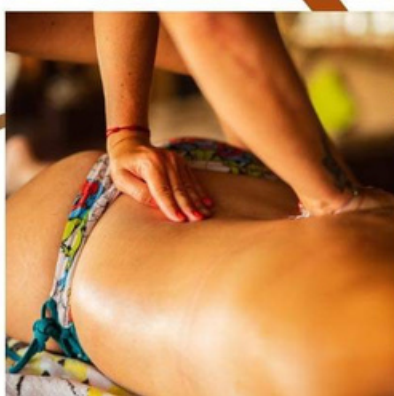
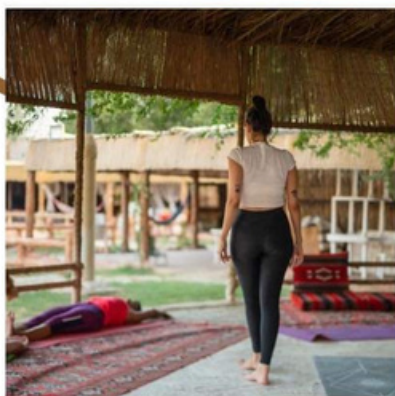
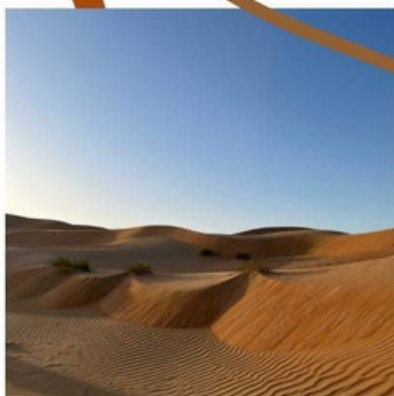
JAZZ BY THE BAY

du 4 au 27 novembre 2022 - Fri-Sun, 5pm-11pm.
Yas Bay Waterfront

free



OFFRES PARTENAIRES



DU 25 AU 27 NOVEMBRE DANS LE DÉSERT DE LIWA
Venez lâcher prise et apprendre à vous
aimer !

Au programme de cette retraite spirituelle holistique pour
femmes : Yoga, breathwork, méditation, massages,
photo-thérapie...

3 jours pour lâcher prise, s'ancrer, se pardonner et...
s'aimer !

Rise Up
R E T R E A T S

Pour en savoir plus et réserver votre place, contactez Florence :
<https://rituals-home.com>
+971 56 18 38 664
florence@rituals-home.com

OFFRES PARTENAIRES



VOUS ÊTES À LA RECHERCHE D'UN EMPLOI DANS UN AVENIR PROCHE OU FUTUR ?

Ces ateliers sont pour vous !

Découvrir et comprendre les enjeux d'un processus de recrutement pour l'entreprise ou une administration mais également pour vous, candidat.

- Savoir lire une offre d'emploi,
- Décrypter les besoins de l'entreprise,
- Stratégies de recrutement, comment s'y préparer ?
- Rédiger une lettre et un curriculum vitae qui vous correspondent et répondent aux attentes,
- Posture et comportement : les codes de communication visibles par le recruteur
- Gérer son stress
- Cibler et veiller au milieu professionnel
- S'exercer à l'entretien d'embauche

Inscription sur le lien en dessous



4 DEMI-JOURNÉES DE 2 HEURES LE MARDI OU JEUDI
150 AED PAR DEMI-JOURNÉE
ACTIVITÉS SOUS GROUPE DE 5 PERSONNES

Coaching de carrière





Rendez-vous le mardi 29 novembre 2022 de 10h30 à 11h30

NOUS COMPTONS SUR VOTRE PRÉSENCE (SUR ZOOM) À CET ÉVÈNEMENT ANNUEL. PENSEZ À VOUS INSCRIRE ! PLUS D'INFORMATIONS ICI

AUJOURD'HUI, NOUS AVONS DES CANDIDATS POUR LES POSTES DE PRÉSIDENT, TRÉSORIER, TRÉSORIER ADJOINT.

NOUS RECHERCHONS ACTIVEMENT DES CANDIDATS POUR LES POSTES DE PRÉSIDENT ADJOINT, SECRÉTAIRE ET SECRÉTAIRE ADJOINT.

INTÉRESSÉ(E) ?
ENVOYEZ-NOUS UN MESSAGE À
CONTACT@ABUDHABI-ACCUEIL.COM

RETROUVEZ NOUS AUSSI SUR LES RÉSEAUX SOCIAUX!



MERCI A NOS SPONSORS POUR LEUR SOUTIEN

