



LES
4
saisons

1^{ère} édition

Un lycée à dimension internationale pour les **15-18 ans**, avec internat, au coeur de Madrid

Pourquoi nous choisir?

- Notre Alliance stratégique avec **IE University** nous permet d'offrir les dernières innovations technologiques et pédagogiques
 - L'accent est mis sur l'esprit d'entreprise, la pensée critique et le bien-être
 - Des installations de dernières générations dans un campus urbain avec internat, conçu pour offrir une expérience pré-universitaire unique
 - Une immersion linguistique et culturelle pour des élèves venus du monde entier
-  **Lieu:** au centre de Madrid, Espagne
 -  **Programme d'études:** Programme du Diplôme du Baccalauréat International
 -  **Langue d'enseignement:** Anglais
 -  **Année scolaire:** septembre-juin
 -  **Période d'inscription:** septembre-janvier (admission continue pour les élèves internationaux)
 -  **Aide financière:** bourses d'études disponibles

Nous contacter:

admissions@theglobalcollege.com



+34 915 68 99 37 | www.theglobalcollege.com

The Global College – Calle Castellón de la Plana 8, 28006 Madrid, Espagne



© Álvaro López, Madrid Destino

SOMMAIRE

Madrid Accueil

- 4** L'édito
- 9** Notre histoire
- 12** Le réseau Fiafe
- 13** Devenir bénévole
- 14** Le passeport Bénévole
- 15** L'expatriation selon Alix Carnot
- 18** La présentation du bureau
- 22** Témoignage d'une bénévole
- 24** La charte de l'adhérent
- 25** La carte adhérent et l'adhésion

Activités et Rencontres

- 28** Cafés
- 29** Rencontres
- 32** En famille
- 33** Culture
- 35** Sports
- 36** Bien-être
- 38** Loisirs
- 39** En espagnol
- 41** Madrid Accueil pro
- 45** Focus sur la Chambre de Commerce et d'Industrie France Espagne

Au fil des saisons

- 49** L'automne
- 50** L'Espagne, l'autre pays du vin
- 55** L'hiver
- 56** La tradition des fêtes de fin d'année
- 60** Le ski en Espagne, ça vous gagne !
- 63** Le printemps
- 64** Pâques en Espagne
- 68** Villages et paradores
- 72** L'été
- 73** Les belles plages espagnoles

La France à Madrid

- 76** Focus sur l'Entraide
- 77** Focus sur le Projet Niger
- 78** Focus sur l'Institut français de Madrid
- 80** Focus sur la France Ô Si !
- 84** S'intégrer, c'est facile !
- 86** Vivre Madrid
- 88** Les annonceurs
- 91** Le calendrier

ÉDITO



#Florence, Céline, Karine, Catherine, Sacha

REJOIGNEZ-NOUS !

L'engagement d'une équipe **100% bénévole**, pour vous, avec vous.

Madrid Accueil c'est qui, c'est quoi ?

Ce sont vous, nos adhérents qui en parlez le mieux !

Accueil, partage, bienveillance, informations, solidarité, culture, famille, découverte, conseils, amitiés, sports, sorties, rires, lien, rencontres, activités, amitiés, pro, bien-être, bénévolat, ...

Et oui, sans une équipe 100% bénévole **pétillante et passionnée** impliquée au quotidien pour accompagner les familles adhérentes installées dans la capitale, Madrid Accueil ne pourrait pas être tout cela.

Les saisons, les années passent et l'association qui soufflera, on l'espère avec vous, à **l'automne 2023** ses **50 bougies** n'a eu de cesse d'être dans l'air du temps. Depuis 1973, elle a su évoluer, s'adapter, se renouveler, rester jeune et ouverte.

Notre objectif : faire de votre vie madrilène une expérience unique !

Nous venons de vivre, toutes et tous, une période plus que singulière.

Et pourtant, Madrid Accueil, grâce à **l'engagement** de ses bénévoles, grâce à ses membres adhérent(es) actif(ves), grâce à ses partenaires, grâce à votre soutien à tous, a su trouver la force de se réinventer pour fédérer et **poursuivre avec vous** son histoire.

Vos témoignages sont le gage que l'aventure Madrid Accueil continue. **Faciliter votre vie** à Madrid, vous l'aurez compris, reste notre leitmotiv.

Et c'est en comptant sur **une équipe**, plus motivée et enthousiaste que jamais, que nous entamons l'année scolaire 2022 – 2023.

Une équipe animée par la même volonté, celle d'œuvrer avec entrain pour notre immense communauté francophone et francophile.

Cette année, nous allons poursuivre cette **belle aventure humaine** et mener avec **énergie et bienveillance** de nombreux projets pour vous et, aussi avec vous.

Vous accueillir, vous accompagner, vous orienter, vous conseiller, vous informer, vous divertir sont les fondements de notre association qui pourrait se résumer en **5 A** :

Accueils, rencontres ;

Activités culturelles, créatives, sportives, bien-être, festives ;

Ateliers, focus et conférences avec notre pôle dédié MA Pro ;

Actions caritatives et solidaires ;

Avantages adhérents.

Nous sommes fiers de vous offrir notre **première édition** « Les Quatre Saisons de Madrid Accueil » dans laquelle nous vous dévoilons toute l'actualité de l'association. Vous pourrez découvrir l'éventail des activités et des événements incontournables à ne pas manquer, des témoignages, des articles, des conseils pour vous éclairer et vous guider, un annuaire professionnel pour faciliter votre quotidien.

Parce que Madrid Accueil, c'est tout cela !

Que vous veniez d'arriver ou que vous soyez Madrilène depuis un certain temps déjà, n'hésitez plus, **rejoignez-nous** et tentez l'aventure Madrid Accueil !

Karine Gauthier, Présidente.



Madrid, c'est facile !

Services de relocation, agence immobilière,
personal shopper et gestion locative



MADRIDEM est né en 2005 ayant pour objectif de faciliter l'installation des expatriés déplacés à Madrid. Aujourd'hui, nous vous proposons une boutique de services immobiliers adaptés à chacun de vos besoins.

Découvrez nos services exclusifs ! Nous vous aidons à votre installation en vous proposant un bouquet de prestations personnalisées pour la recherche de votre logement et des gestions administratives:

- État des lieux
- Compte bancaire
- NIE ou TIE : résidence en Espagne.
- Recensement à la mairie.
- Procédures de Sécurité sociale pour la famille bénéficiaire.
- Inscription dans votre centre de santé et carte de santé.
- Contrats de réseaux : gaz, électricité, eau.
- Service Internet, lignes portables et télévision.
- Immatriculation des véhicules étrangers.
- Homologation du permis de conduire.

Formules pour expatriés particuliers et entreprises.

Vous souhaitez aussi investir sur Madrid ? Demandez à votre conseiller MADRIDEM ce que vous recherchez : pièces, dimensions, quartier à Madrid ou à proximité et votre budget. Et si après vous ne voulez pas vous occuper de vos locataires, ni de l'entretien de votre maison ou, si vous habitez à l'étranger, ou dans une autre ville, MADRIDEM propose également un service complet de gestion locative, de la recherche d'un locataire à la signature du bail.

Prenez contact avec nous:

Isabelle Boix

+34 91 716 18 30

+34 616 011 568

info@madridem.com

www.madridem.com





MADRID ACCUEIL, L'ASSOCIATION



*Ensemble,
poursuivons notre histoire...*

NOTRE HISTOIRE

Françoise Martínez de Velasco, fondatrice de Madrid Accueil et aujourd'hui présidente d'honneur, vous raconte la genèse de votre association, les premières années de son fonctionnement et quelques anecdotes qui ont marqué sa mémoire.



MA: Comment est née l'association Madrid Accueil ?

FMV : Inspirée par l'idée du maire de Bordeaux de créer un accueil pour informer et réconforter les nouveaux arrivants qui débarquaient en province, **Claude Leicknam, mon amie**, a l'idée de lancer à Madrid un accueil identique pour les expatriés français. Elle en propose l'organisation à trois jeunes femmes, **Pía Campos, Christiane de Bollardière** et moi-même, Françoise Martínez de Velasco. Convaincues du **besoin d'adaptation** des familles françaises expatriées pour un temps en Espagne, nous lançons en **octobre 1973** Madrid Accueil, association loi 1901.



MA : Que propose Madrid Accueil en 1973 ?

FMV : Notre objectif était **d'accueillir, d'informer et d'accompagner les conjointes** qui suivaient leurs époux pour une nouvelle vie au sein d'une société et d'une culture inconnues.

Nous souhaitions faire connaître l'Espagne, ses habitants, ce pays riche **d'histoire et de culture**. Comment concilier le caractère des Français, leur clarté, leur précision avec le contact parfois brutal et orgueilleux des Espagnols mais tout aussi généreux et enthousiastes ? Avec ce que l'on appelle **cariño** : un cocktail de bonté, de tolérance et d'ouverture. Je dois dire que notre **succès** fut rapide, surtout après deux activités lancées au hasard de nos rencontres :

le **yoga**, proposé par une fan de 50 ans qui faisait le poirier devant notre groupe éberlué mais aussi une conférence du Dr. Sol sur la **sophrologie** avec le même public, attentif, mais perdu devant cette nouvelle technique de relaxation.

Nous nous investissons alors à plein temps et nous nous lançons dans l'organisation de **cours d'espagnol, d'activités culturelles, gastronomiques, sportives** (nous allons même skier dans la **Sierra**), **artisanales, manuelles**, nous proposons des pique-niques, des excursions à bicyclettes, du **gymkhana** dans

Madrid, des séjours sportifs pour les enfants pendant les vacances, des concours de dessins.

Grâce aux nombreux savoirs et connaissances de nos **bénévoles**, l'association devient **vivante** et très **riche**.



#couverture d'une des premières revues



#logoactuel

MA : Comment l'association évolue-t-elle ?

FMV : Pour une meilleure visibilité, nous cherchons un **local** et nous entrons en contact avec les administrations francophones (**ambassade, consulat, associations et institutions françaises dont le lycée français...**). Le Bureau, composé de trois personnes au départ, s'agrandit et devient une équipe qui établit un organigramme où chaque bénévole connaît ses responsabilités.

La nécessité d'un lien de contact permanent et officiel se fait sentir. **La première revue** sort en janvier **1975 !**

Ce magazine biannuel contient non seulement les actualités et **informations** utiles de l'association mais aussi des articles **culturels**, historiques, sociétaux ou encore **gastronomiques** comme l'histoire du gazpacho, celle des verbenas madrileñas ou

des églises romanes rurales en Castille.

En 1979, Madrid Accueil tourne bien, nous décentralisons les rencontres vers les quartiers.

Nous décidons alors d'aller voir ce que font les autres accueils en France et à l'étranger. C'est à **Strasbourg** que se tient un premier Congrès des Villes-Accueil,

Nous profitons de l'opportunité pour présenter notre accueil incontournable de Madrid.

C'est en 1984 que se créera la **FIAFE (Fédération Internationale des Accueils Français à l'étranger)**, dont Madrid Accueil est toujours membre et qui offre un cadre aux activités organisées par les accueils. C'est d'ailleurs à l'occasion d'un des premiers congrès de la FIAFE que Madrid Accueil sort du lot en présentant un film sur ses activités, accompagné de l'envoûtante chanson d'Yves Montand « **À bicyclette** ». Malheureusement, dans les déménagements, le film s'est perdu...

1973.....2022, bientôt 50 ans !

Les temps ont changé, les évolutions sociétales continuent de croître mais la vocation et l'esprit de Madrid Accueil demeurent. Tirant sa **force de ses adhérents et de ses bénévoles**, l'association reste fidèle à l'objectif de ses pionnières : faciliter l'adaptation des nouveaux

venus et accompagner les francophones installés dans la capitale espagnole. L'histoire ne s'arrêtera pas là, tant qu'il y aura des bénévoles pour qui l'accueil est synonyme de **vie, de partage, de curiosité et d'ouverture.**

Madrid Accueil sera là !

Extrait de l'article de la revue 57



COUP DE PROJECTEUR SUR LA FIAFE !

La **FIAFE**, créée depuis 1984, est une fédération qui anime un réseau rassemblant plus de 10 000 bénévoles et 100 000 membres dans 90 pays.

Depuis sa création, la FIAFE accompagne les Accueils et les représente auprès des pouvoirs publics, des entreprises et des acteurs de la mobilité internationale.

Imaginez votre **Accueil**, son équipe **dynamique**, ses adhérents **enthousiastes** en Afrique, en Asie, en Amérique, en Europe, au Moyen-Orient, ou en Australie et vous aurez le réseau de la FIAFE !

La mission de chacune des associations de notre réseau est d'accueillir les Français et les francophones expatriés.

Chaque Accueil est **indépendant, apolitique et non confessionnel**, et géré par des bénévoles.

Le Conseil d'administration de la FIAFE est composé d'une équipe de 6 bénévoles ayant l'expérience des Accueils pour y avoir exercé des responsabilités et de 15 Accueils, tous élus pour 3 ans.

Chaque année, pendant trois jours, la FIAFE réunit les Accueils à Paris pour son Assemblée Générale, des formations et des tables rondes qui sont autant d'occasions d'échanger avec les **bénévoles du monde entier** !

Et de revenir dans son Accueil avec de nouvelles idées, des contacts, et beaucoup d'**énergie** et d'**enthousiasme** au service de ses adhérents !

Madrid Accueil fait partie de ce réseau reconnu, comme chacun de ses **adhérents**.

Retrouvez la FIAFE via le site
www.fiafe.org



DEVENIR BÉNÉVOLE

Un départ en expatriation constitue fréquemment une parenthèse dans le parcours professionnel du conjoint.

S'engager bénévolement dans l'activité d'un Accueil est formateur et représente alors une réelle opportunité pour s'investir et agir concrètement. Les compétences mobilisées sont souvent similaires à un travail rémunéré, même si le contexte est différent. Le bénévole découvre des environnements très divers et complexes, ce qui stimule particulièrement ses capacités d'adaptation et sa créativité.

Le bénévolat, c'est aussi vous enrichir humainement en vous impliquant, avec d'autres bénévoles, dans des actions qui ont du sens.

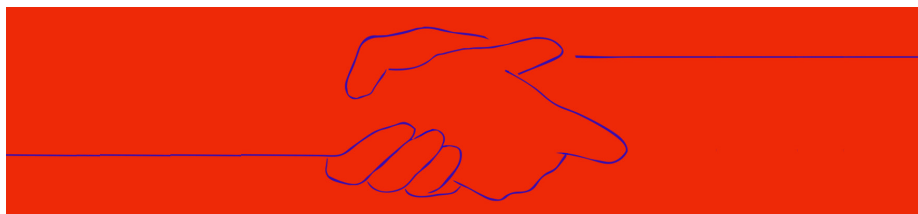
Si vous hésitez encore ou si vous souhaitez des informations, les bénévoles de Madrid accueil sont là pour vous répondre.



#Déjeuner des bénévoles

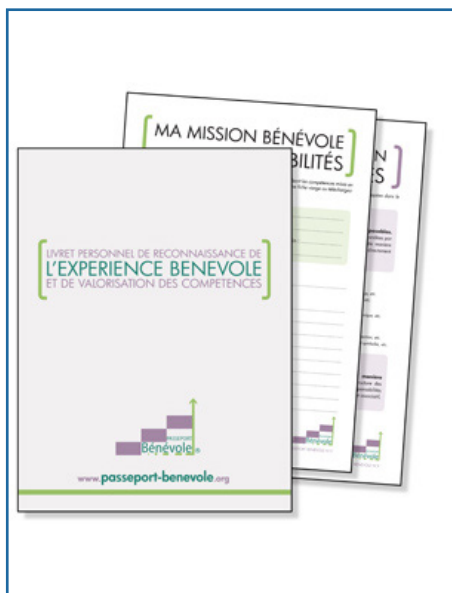
*"Pour moi,
le bénévolat,
c'est un
engagement,
un partage
et une aide.
C'est aussi
donner de son temps et un
épanouissement de soi en se
rendant utile
sans contrepartie."*

Sophie C.



L'activité bénévole permet de garder une « employabilité » professionnelle.

LE PASSEPORT BÉNÉVOLE



De quoi s'agit-il ?

Créé en 2007 par France Bénévolat, le Passeport Bénévole® est un livret personnel de reconnaissance de l'expérience bénévole et de valorisation des compétences mobilisées et/ou acquises. Il est reconnu par de grands organismes publics : Pôle emploi, le Ministère de l'Education Nationale et l'AFPA.

L'**engagement** bénévole constitue parfois un parcours sur plusieurs années, dans des fonctions successives ou lors de différents séjours à l'étranger.

Le passeport bénévole vous permet de faire une **synthèse** de vos **compétences** acquises lors de vos engagements bénévoles. Il vous permet de définir les savoir-faire et savoir-être mis en œuvre, et crée une passerelle entre votre **expérience associative** et votre parcours professionnel.

Le passeport peut faire la différence lors d'un recrutement : grâce à votre passeport, vous pouvez justifier des compétences transversales acquises. C'est un **atout** à présenter lors d'une recherche d'emploi.

La FIAFE met le Passeport Bénévole à disposition de ses différents Accueils ; chaque bénévole peut ainsi garder trace de son parcours, en capitalisant ses expériences.

Ce document est reconnu par d'importants organismes institutionnels et il peut être utile à titre personnel aussi bien que professionnel.

Pour la FIAFE, c'est une façon d'aborder le bénévolat, qui **valorise** l'humain et les actions réalisées.

« L'EXPATRIATION FAIT GRANDIR »

Passée par Melbourne, Barcelone et Rome, Alix Carnot est directrice associée d'Expat Communication, une entreprise qui accompagne depuis plus de 20 ans les talents internationaux et leurs familles.

Elle est aussi l'auteur du livre Chéri(e) on s'expatrie ! Pour Madrid Accueil, elle revient sur le statut de conjoint expatrié.

Un rôle exigeant mais aussi très enrichissant.



M.A : Comment définiriez-vous le rôle du conjoint dans une expatriation ?

A.C. : L'expatriation crée ce rôle de conjoint, qui n'existe pas dans la vie de tous les jours. Beaucoup de personnes parlent de conjoint suiveur. Or, c'est une expression à proscrire car elle place le conjoint dans une situation passive.

Je préfère utiliser l'expression de **conjoint expatrié**. Car bien souvent, il est à l'initiative de ce changement, qui est aussi une **aventure familiale et personnelle**. Les différents sondages d'opinions et études l'attestent : les indices de satisfaction des conjoints sont bons. Mais cela ne les empêche pas de rencontrer un certain nombre de difficultés.

www.expatscommunication.com



M.A : Précisément, quelles peuvent être les difficultés rencontrées ?

A.C. : Un début d'expatriation s'accompagne souvent d'un sentiment de grande solitude de la part du conjoint expatrié, en manque de **stimulations sociales** et amicales. Le décalage est alors important avec le conjoint en activité, qui, lui, doit affronter de nouveaux défis professionnels. Il est tout à fait normal d'avoir un passage à vide. En revanche, il ne faut pas qu'il se transforme en bore-out, cet ennui profond qui peut parfois mener jusqu'à la dépression.

Passée cette **période de transition**, le conjoint expatrié va ensuite parvenir à **reconstruire** les différents étages de la pyramide des besoins, comme par exemple, la recherche d'un logement, celle d'une école pour les enfants, de nouveaux loisirs ou centres d'intérêt et de nouvelles amitiés.

C'est aussi une période d'**introspection intense**. Or, dans

une société qui définit la valeur d'une personne par le travail, la situation du conjoint expatrié n'est pas toujours aisée : la grande majorité ne travaille pas ou travaille à des niveaux inférieurs à ceux de sa vie d'avant. La réaction peut être très différente en fonction des situations : une personne dotée d'une image de soi solide et équilibrée n'aura aucune difficulté à **s'adapter**. A l'inverse, les personnes qui se sont identifiées à leur carrière ou à leur mission pourraient souffrir de grosses blessures d'ego.

Il est alors nécessaire de bien distinguer ce qui relève de soi de ce qui relève de la situation :

la plupart d'entre nous ont été élevées dans l'idée d'être une femme active, une bonne mère, une citoyenne engagée et si possible une citoyenne du monde.

Or, ce schéma ne fonctionne pas dans le cadre de l'expatriation où il est quasiment impossible de faire coïncider l'ensemble de ces objectifs dans un couple.

M.A. : En dépit de ces difficultés, l'expatriation reste, selon vous, une expérience très positive. Pourquoi ?

A.C. : L'expatriation **fait grandir** et permet à la fois de mieux se connaître et d'observer d'**autres cultures** et façons de penser. C'est aussi à cette occasion que l'on découvre le **bénévolat**, que l'on n'aurait peut-être jamais embrassé si on était resté en France. Cette expérience permet de **découvrir** des milieux très intéressants, de nouer des **amitiés** personnelles et professionnelles mais aussi de développer des **compétences** très

utiles une fois de retour dans notre pays d'origine. L'**entrepreneuriat** est aussi une solution vers laquelle se tournent de plus en plus de conjoints expatriés.

Plus généralement, l'expatriation fait passer du statut d'invertébré à celui de vertébré. Quand on reste dans son pays d'origine, notre solidité provient de l'environnement extérieur. Or, en expatriation, cette **carapace disparaît**. Notre mue peut alors commencer. Une conséquence à la clé : l'acquisition d'une **véritable solidité intérieure**. Mais il faut se préparer et, parfois, se faire accompagner.

Chéri (e) on s'expatrie !

le guide de survie à l'usage des couples aventuriers

Il est révolu le temps où Monsieur l'Expatrié partait aux quatre coins du monde suivi de Madame sa moitié qui se consacrait à ses enfants et à la carrière de son époux ! Mais la mobilité qui semble si simple aujourd'hui est pourtant bien délicate pour les couples.

Vous hésitez encore ?

Vous êtes depuis peu à l'étranger et trouvez ces premiers mois déstabilisants ? Vous êtes expatriés, détachés, migrants, mariés ou pas ?

Qu'importe votre statut. Cet ouvrage vous donnera toutes les clés pour trouver l'équilibre entre votre vie de couple, votre famille et votre carrière. A l'aide de nombreuses anecdotes, exercices, conseils de psy et quiz pour animer vos dîners en amoureux. Inventez votre propre modèle de mobilité internationale et vivez pleinement l'aventure !



Edition Eyrolles -216 pages

QUI SOMMES-NOUS ?

L'ASSOCIATION

Animée par des **bénévoles enthousiastes et passionnés**, l'association a pour but de faciliter l'adaptation des nouveaux venus et d'accompagner les francophones installés dans la capitale espagnole : des visites culturelles, des activités sportives, manuelles et de loisirs, des informations utiles, des rdv pro, ... la liste est longue, vous saurez tout en consultant notre site,

www.madrid-accueil.fr.



#membres du bureau Madrid Accueil 2022-23

Nos **objectifs principaux** sont notamment de vous aider à :

- ⇒ vous **adapter** à un autre mode de vie et à une langue étrangère ;
- ⇒ vous éclairer sur vos **problèmes pratiques** à votre arrivée puis lors de la vie courante ;
- ⇒ **rencontrer** des Français ou francophones mais aussi des **Espagnols** ;
- ⇒ découvrir les **richesses** d'une autre culture.

Que proposons-nous concrètement ?



Des **accueils de quartier** qui sont à votre disposition par téléphone et qui vous reçoivent régulièrement lors de cafés en journée ou en soirée.

Anne-Françoise A.

Un **réseau de Français** et francophones de tout âge qui habitent dans tous les quartiers de Madrid.



Anne F.



De l'**actualité**, des bons plans, des éclairages, des témoignages, les conseils de la rédaction pour vous informer, vous guider dans votre vie madrilène.

Cécile T.



Des **activités culturelles** animées par des conférenciers expérimentés pour découvrir Madrid : ses alentours, son histoire, sa culture (visites, conférences, expositions, ...).

Nathalie Br.



Des **rendez-vous Pro** au travers de conférences, ateliers, visites d'entreprise... que vous soyez en activité, en recherche d'emploi ou tout simplement en veille professionnelle.

Carine E.



Nathalie Bo.

Des **rendez-vous festifs** au rythme des saisons pour se retrouver autour d'une galette des Rois, des dégustations de produits gastronomiques ou de vins, d'une soirée à thème ou d'un tournoi,...



Des **activités** récurrentes ou ponctuelles **en tous genres** et pour tous les goûts : activités manuelles, sportives, cercle de lecture, club de cuisine, yoga, padel, marches, ...

Isabelle S.

PERMANENCE

Tous les **premiers et troisièmes jeudis** du mois, Madrid accueil ouvre une permanence dans les locaux de l'**Institut français**. Quelle qu'en soit la raison, venez nous rendre visite, nous serons ravis de vous conseiller et de vous aider !

Le matin de **11h à 13h** (hors vacances du LFM)
Calle Marqués de la Ensenada - 12, 28004 Madrid
Metro Colón.

ENVIE DE FAIRE PARTIE DE L'AVENTURE ? VOUS AVEZ UNE PASSION QUE VOUS SOUHAITEZ PARTAGER ?

Rejoignez-nous !



JULIEN FORTUIT

Coach Certifié / Accrédité

avec plus de 3,800 heures de coaching & mentoring d'expatrié(e)s.

“ Mon travail est d'éveiller le champ des possibles chez les autres. ”

Julien est Coach & Maître praticien en PNL & TLT (Time Line Therapy) certifié / accrédité par les organismes officiels suivants: ICF, EMCC, IAPC&M, IITI, ACCPH, ABNLP & TLTA.



International Institute for
Complementary Therapists

"YOUR NEXT ADVENTURE™"

Trois mois de coaching intensif, sur-mesure, en développement personnel et professionnel, afin de reprendre le contrôle de votre vie, de prendre des décisions, de vous libérer de vos angoisses et de votre passé et de redonner (enfin) un sens à votre avenir.

Parce qu'il est temps de dire « Assez ! »
On est tellement plus fort dans la vie quand on connaît sa valeur et ses buts.

Je travaille également avec des lycéens, pour les aider à trouver leur voix et leur voie

Pour un coaching "Inside-Out" à
Madrid, Barcelone, Londres, NYC,
Shanghai ou ailleurs

Réservez dès maintenant votre consultation gratuite

julien@julienfortuitagency.com
www.julienfortuitagency.com



TÉMOIGNAGE D'UNE EXPATRIATION RÉUSSIE



De l'Italie à l'Espagne en passant par le Portugal, Céline Larchevêque Quilichini compte plusieurs expatriations à son actif. Experte-comptable de formation, elle est aujourd'hui gérante de la société Immomadrid, spécialisée dans la location et l'achat-vente de biens immobilier haut de gamme. Pour Madrid Accueil, elle revient sur son parcours émaillé de rencontres décisives et de virages inattendus.

MA : Quelle est votre formation ?

CLQ : Je suis une fille de chiffres (rires). Après avoir fait une école de commerce, j'ai décroché un diplôme d'expert-comptable et ai travaillé à **Marseille** puis **Paris** au sein du cabinet Ernst & Young en audit légal. Du lundi au vendredi, j'étais en mission dans une entreprise pour vérifier ses comptes et devais rendre mon rapport la semaine suivante. Les missions s'enchaînaient à un rythme très soutenu. L'expérience a duré une dizaine d'années, après quoi j'ai éprouvé le besoin de **changer de cap**.

Un poste de direction dans une école d'expert-comptable parisienne m'a été proposé et j'ai saisi cette opportunité. J'y ai découvert un environnement radicalement

différent : Terminé l'ambiance informelle anglo-saxonne, j'étais devenue « **madame la directrice** » !

MA : Comment avez-vous vécu vos premières expatriations ?

CLQ : Mon époux a eu l'opportunité de partir en **Italie**. Sans hésiter, nous avons considéré cette possibilité comme un doux rêve qui se matérialisait. J'ai alors décidé d'arrêter de travailler. Le **timing** était aussi sans doute le bon : je disposais déjà d'une expérience professionnelle longue de 15 ans et avais le sentiment d'avoir fait mes preuves.

Je l'ai appréhendé comme une pause et non comme une mise à l'arrêt de ma **carrière** pour me consacrer à ma **famille**.

Ces expatriations - deux ans en Italie suivies de deux ans au **Portugal** - m'ont également permis d'avoir l'immense chance de pouvoir passer plus de temps avec mes enfants, alors âgés de 5 et 8 ans.

Jusqu'alors, ma relation avec mes enfants était plus logistique que maternelle : à Paris, mon rythme était celui de toutes les femmes actives doivent jongler au mieux avec la gestion du quotidien.

MA : Comment s'est faite la transition avec Madrid ?

CLQ : Nous avons la possibilité de rester au Portugal. Nous avons finalement décidé de déménager à **Madrid** fin 2015, désireux de découvrir un autre pays et conscients que l'apprentissage d'une nouvelle langue étrangère serait bénéfique à nos enfants. Dès mon arrivée, je me suis engagée dans le **bénévolat** et notamment au sein de l'**Entraide Française**, association à laquelle je reste très attachée. Ce n'est que plus tard que j'ai rejoint Madrid Accueil : une voisine m'avait annoncé que son poste de trésorière de l'association allait devenir vacant quelques mois plus tard. J'ai donc repris son rôle.

Entre-temps, mes filles avaient grandi et le besoin de me projeter à plus long terme grandissait. Il était temps pour moi de **me réinventer** après cette pause magique.

Une **nouvelle opportunité** s'est alors présentée : la personne qui nous avait aidés à trouver notre

logement, aspirait à passer le relais. Au gré de nos conversations, nous avons réalisé que nous pouvions travailler **ensemble**.

J'ai donc appris un nouveau métier et, armée d'un dictionnaire, j'ai repris les textes de **lois espagnoles** les uns après les autres de façon à me familiariser avec le corpus de règles de ce secteur d'activité. J'ai fini par reprendre **Immomadrid**, non sans avoir au préalable bénéficié d'un mentoring exceptionnel de la part de celle qui m'avait mis le pied à l'étrier. Mon expérience d'entrepreneur aujourd'hui n'est finalement pas si différente de celle d'experte-comptable, de directrice d'école, de bénévole ou de maman. Hier comme aujourd'hui, je reste, en effet, **au service des autres** et y trouve une grande satisfaction.

Mon parcours démontre qu'il faut **saisir les opportunités quand elles se présentent**. Il est certain que prendre un aller simple pour un pays inconnu peut faire peur - surtout lorsqu'on laisse derrière soi une vie bien organisée ! Mais c'est aussi **une vraie richesse**.

Je suis heureuse d'avoir fait ce choix de vie et encourage toutes celles et ceux qui hésitent à prendre ce risque : celui de **vivre des expériences humaines incroyables**.

CHARTRE DE L'ADHÉRENT

1

Je suis à jour de mon inscription

2

Je respecte la procédure d'annulation indiquée dans le programme et j'ai noté que pour **toute annulation dans les 48 h qui précèdent** une activité, le paiement reste dû.

3

Je réponds **rapidement** aux invitations des différents événements organisés par Madrid Accueil afin d'en faciliter l'organisation et d'éviter le travail de relance.

4

Je n'utilise pas les listes de diffusion ou l'annuaire des membres à des fins commerciales, notamment pour des ventes à domicile.

5

Je dégage Madrid Accueil de toute responsabilité pour tout **incident ou accident** survenant lors des activités pratiquées dans le cadre de l'association.

6

Je **respecte** la procédure d'inscription indiquée dans le programme lorsque je veux m'inscrire à une sortie.

7

Je participe dans la **bonne humeur** aux activités de Madrid Accueil, conscient(e) du travail bénévole accompli par les responsables desdites activités.

8

Je sais qu'il est de ma responsabilité de souscrire une **assurance à titre personnel** pour l'ensemble des risques liés à ma participation, ou à celle de ma famille, aux activités organisées par Madrid Accueil.

9

Je modifie mes coordonnées en me connectant sur **www.madrid-accueil.fr**, ou je préviens le responsable du fichier de tout changement d'adresse, téléphone, e-mail... afin, entre autres, de continuer à recevoir les programmes et autres courriers.

10

J'autorise Madrid Accueil à **publier ma photo** et/ou celle d'un membre de ma famille prise lors d'une rencontre ou activité proposée par l'association sur son site et ses publications, ou je m'engage, moi et/ou un membre de ma famille à ne pas me positionner sur les photos.

11

Je suis maintenant un **adhérent averti** et m'engage à **respecter ces règles**. Madrid Accueil ne saurait être tenue pour responsable d'éventuels dommages corporels ou matériels subis lors des activités proposées. En y participant, les adhérents prennent connaissance de cette clause, reconnaissent assumer leur responsabilité et être couverts par leurs propres assurances.

LA CARTE ADHÉRENT

Nos partenaires nous font **confiance** et Madrid Accueil vous offre la possibilité de bénéficier de nombreux avantages partenaires grâce à votre adhésion.

Il vous suffit de vous rendre sur notre site, sur **votre page adhérent**. Vous pouvez faire une capture écran de votre carte et la conserver dans votre téléphone. Pour bénéficier de l'offre, présentez-vous comme membre de Madrid Accueil.



Nos partenaires : (la liste évoluera tout au long de l'année)



AMÉLIESPEAKS



ADHÉSION

Vous souhaitez profiter d'une offre riche et variée de découvertes, d'activités, de privilèges adhérents.

N'hésitez plus ! La cotisation annuelle est de **40 euros par an et pour toute la famille.**

Les inscriptions et les annulations aux activités se font exclusivement via le site de Madrid Accueil.



RENCONTRES ET ACTIVITÉS



LES CAFÉS

Les cafés de rentrée, de quartiers ou ceux à la Résidence de France sont des moments incontournables de rencontres. C'est l'occasion pour vous de s'informer, de créer un lien social, ou simplement de partager. Vous venez d'arriver ou vous souhaitez simplement venir boire un café en bonne compagnie, n'hésitez pas à vous inscrire sur notre site ou à vous rapprochez de nos relais de quartiers.



Cafés de quartier :
Pozuelo, Moraleja, Centro,
Parque (LFM)

#convivialité et échanges



Cafés à la Résidence de
France



LES RENCONTRES

*Chaque mois, nous organisons des évènements sportifs et ludiques pour nos adhérents.
Pourquoi ne pas s'y retrouver ?*

EN JOURNÉE

On s'amuse
lors d'un tournoi de padel.



#tournoi de padel

On court ou l'on marche
pour la bonne cause.



#carrera de la mujer

On profite de merveilleux moments en famille ou entre amis.



#cueillette de fraises



#pique-nique

EN SOIRÉE

Les soirées organisées par Madrid accueil sont des moments de rencontres conviviales permettant de créer des liens amicaux, de s'amuser et de partager autour d'un verre, d'un plat de tapas,... dans un cadre agréable.

Les apéritifs en rooftop



#doñaluz

Les apéros dînatoires "pincho"



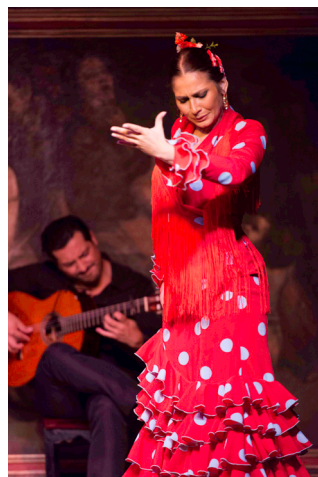
#Amitiés

Les restaurants



#la mordida

La soirée flamenco



© Madrid Destino

**ASSUREZ LUI
D'EXCELLENTE NOTES !**

**11 pts en plus
en 30 jours
c'est possible ?!**

Nos élèves l'ont fait.



**LEUR SECRET ?
NOTRE ACCOMPAGNEMENT CONTINU.**

TOUTES LES MATIÈRES

6ÈME À TERMINALE

**RÉSERVEZ DÈS MAINTENANT
SON BILAN DE RÉUSSITE SCOLAIRE AVEC DIDACS !**

<http://reservation-bilan.didacs.com/>

**SON BILAN
OFFERT
EN CADEAU !!!**



**N'ATTENDEZ PAS LA CLAQUE DU PROCHAIN
CONTRÔLE POUR QU'IL SE RÉVEILLE...**



CENTRE DE RÉUSSITE SCOLAIRE

CALLE ANDORRA, 65 / DIDACS@DIDACS.COM / 640 77 52 25

EN FAMILLE

Madrid Accueil chouchoute également nos petits.

Tout au long de l'année, nos bénévoles organisent des évènements festifs en mettant à l'honneur nos enfants.

Pensez à consulter régulièrement le calendrier sur notre site pour ne pas manquer le goûter de Noël, la galette des rois, notre chasse aux oeufs, et bien d'autres activités ponctuelles, exclusivement dédiées aux enfants.



Les moments magiques en famille



#spectacle de magie



#rallye des familles

CULTURE

Musées, visites de villages, flâneries dans les quartiers emblématiques de Madrid, il y en a pour tous les goûts.

Retrouvez-nous pour des visites culturelles en français, des découvertes historiques et insolites et des rendez-vous inoubliables.



Hind A.



*"Pour moi,
l'idée du
bénévolat, c'est
avant tout l'idée
du partage,
de découvrir et
se rencontrer."*

Sacha M.

Envie de vous balader dans Madrid ?
De découvrir de nouveaux quartiers ?
D'une promenade street art en bonne compagnie ?

Venez rejoindre Sacha et Hind lors des flâneries.
Elles seront heureuses de vous présenter cette ville comme elles l'aiment.
Les flâneries sont organisées à titre amical et gracieux.

Le retour des Meninas ! **Une exclusivité Madrid Flâneries.**

Cette année, ne manquez pas la 5ème édition du retour des Meninas à Madrid de novembre à mi-décembre !
Vous croiserez dans les rues et les places emblématiques de la ville, de grandes jeunes filles vêtues de robes surprenantes.
Ce sont les Meninas de Diego Vélasquez qui reviennent chaque automne pour égayer la capitale.



www.madridflaneries.wordpress.com



Visites culturelles guidées

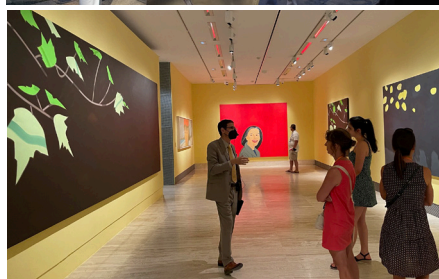
Tout au long de l'année, Madrid Accueil organise des visites animées par des conférenciers expérimentés. Un moment riche en histoire et culture.



#Las Ventas



#Alcalá de Henares



#Madrid Original

SPORTS

*Vous aimez le sport ou vous êtes motivés pour vous y mettre ?
Nos bénévoles vous proposent de rejoindre l'un de nos groupes à tout
moment de l'année, alors n'hésitez plus !*

Golf



Marches



Randonnée



#Col de Navacerrada

Pádel

*"Pour moi,
le bénévolat
c'est
accueillir,
aider,
partager.
C'est bien
évidemment
donner de
son temps
mais surtout
faire de belles
rencontres."*



Véronique V.

BIEN-ÊTRE

Envie de souffler un peu et de prendre du temps pour soi, apprendre à écouter son corps et être en phase avec son esprit, ce sont des moments précieux que nos bénévoles vous invitent à découvrir et à partager, ponctuellement ou tout au long de l'année, selon vos envies et vos disponibilités.

Yoga

Vous aurez l'occasion de vous mettre en beauté grâce à Sonia, conseillère en images, ou de mettre en éveil vos sens grâce aux ateliers découvertes de Florence sur des thèmes comme les huiles essentielles ou la réflexologie. Et bien d'autres surprises réservées par nos bénévoles,...



#Caroline

QiGong / Tai chi



#Zohra

Ateliers découvertes : Les bienfaits des huiles essentielles

*"Pour moi, le bénévolat c'est :
l'esprit d'équipe,
la solidarité,
le partage,
l'opportunité
d'apprendre et
surtout de faire de
belles rencontres."*

Florence V.



Salon de Coiffure et de Beauté Français



Maison de Paris

Calle de Castelló 20
28001 Madrid

+34 914 359 991

maisondeparis20@yahoo.com

www.maisondeparis20.com

  maisondeparis20



Conseillère en Image

"Le style est une manière de dire qui vous êtes sans parler"

Rachel Zoé



Colorimétrie

Eclo'visage

Eclo'coiffure

Maquillage

Eclo'silhouette

Eclo'ton style

Eclo'ton dressing

Accompagnement magasin

Pack Eclósion

Sonia Teixeira

+34 676 16 49 24



ecllosion_madrid

t.sonia.marykay

LOISIRS

*Un penchant artistique, une envie de partager une passion ou d'en découvrir une nouvelle, rejoignez nos ateliers !
Nos bénévoles ouvrent leur maison pour vous accueillir en petit groupe.*

Atelier cuisine

" Lorsqu'on me dit que le bénévolat ne rapporte pas... au contraire, il y a plus de joie à donner qu'à recevoir."

Maria H.



Atelier découverte céramique



#chez Florence

Club de lecture



#le club continue pendant la pandémie

Atelier couture



#chez Lila

EN ESPAGNOL



Pour faciliter l'intégration, Madrid Accueil organise grâce à nos bénévoles des ateliers en espagnol.

Que vous soyez débutant ou un peu plus avancé, n'hésitez pas à participer à nos rencontres bienveillantes et toujours dans la bonne humeur.



"No es mi primer acto de voluntariado pero tengo que compartir con vosotras lo feliz que me habéis hecho sentir. GRACIAS. Gracias a vosotras por las sonrisas, las risas y los buenos momentos. Gracias por lo que no se aprecia en las fotos hechas pero que nosotras sentimos y se adivina en las miradas. GRACIAS de corazón.

Luisa-Fernanda.



#conversation en espagnol



#cafe y tertulia

La culture est aussi à l'honneur avec le club cinéophile et les conférences sur l'histoire espagnole.
Retrouvez Montserrat une fois par mois, pour ses ateliers animés en espagnol.



L'Espagne, son histoire, sa culture
Découverte et conversations



S'intégrer à Madrid facilement, c'est possible !

Apprendre la langue
est le premier pas pour
un agréable séjour dans le
pays d'adoption.

Cours privés, petits groupes,
entreprise ou intensifs.

sonia@aiguabella.es
610 082 541
aiguabella.es



MADRID ACCUEIL PRO

Pour vous qui êtes en activité, en recherche d'emploi, en train de créer votre entreprise ou en veille professionnelle, Madrid Accueil PRO vous offre des opportunités de rencontres, d'échanges, de formation, d'inspiration, de motivation...

Coup de projecteur sur nos animatrices Nathalie et Carine

Nathalie Bottinelli (à gauche) et Carine Even (à droite) ont créé en 2019 Madrid Accueil Pro, sous l'impulsion de Gabrielle Ruiz, ancienne Présidente.

Après avoir remanié et développé l'offre antérieure, elles co-animent aujourd'hui les groupes de "Développement professionnel et personnel" et de "Co-développement Entrepreneurs".



MA : Quels sont vos parcours respectifs ?

CE : Mon parcours démarre par 16 ans dans le secteur bancaire, dans les ressources humaines, le management d'une agence et la communication. Indépendante depuis 2011, je suis certifiée coach, praticien de l'Approche Neuro-Cognitive et Comportementale et praticien P.N.L., également formée à la Communication Non Violente et

la méditation pleine conscience (MBSR) ainsi qu'au co-développement.

NB : Au travers de différentes fonctions en entreprise et en cabinet de conseil, ma vie professionnelle m'a permis de découvrir de nombreux secteurs d'activités (industrie, éducation, service, loisirs...). Depuis 2018, je suis coach professionnelle certifiée et formée au co-développement.

MA : Quelles sont vos activités professionnelles aujourd'hui ?

CE : J'accompagne les professionnels à transformer leur stress et retrouver leur motivation pour (re)devenir auteur de leur vie. Je fais cela au sein de ma structure **Adaptis Coaching**, au travers du coaching, de la formation ou encore du "Sommet de la Joie" organisé en 2021.

NB : D'une part, j'accompagne les personnes à clarifier leurs

aspirations professionnelles et, d'autre part, je travaille avec les entreprises qui réfléchissent à leur **redirection écologique**.

MA : Quelles sont vos motivations pour animer Madrid Accueil Pro?

CE et NB : Nous nous sommes rencontrées, en 2018, au café de rentrée de Madrid Accueil. Nous avons rapidement eu la même envie de contribuer à la vie de l'association en partageant ce qui nous anime au quotidien.



Madrid Accueil PRO pour vous et avec vous !

N'hésitez pas à nous parler de vos attentes pour adapter notre offre à vos besoins.

Suivez notre actualité sur la page LinkedIn de Madrid Accueil Pro.

Retrouvez le replay de nos conférences sur notre **chaîne YouTube Madrid Accueil Pro**



Vous êtes professionnel et vous souhaitez proposer un atelier ponctuel, parlons-en ensemble.
Enfin, rejoignez l'équipe et la formidable aventure de Madrid Accueil Pro, **nous vous attendons !**

Un programme riche !



Groupe de développement professionnel et personnel

Vous êtes en transition professionnelle ou en réflexion ?

Grâce à une puissante dynamique de groupe, vous apprendrez à mieux vous connaître, pour mieux avancer vers vos objectifs, dans un cadre bienveillant, convivial et confidentiel.

Quelques exemples de thèmes abordés : mes objectifs, mes valeurs, mes compétences, mes freins, mes leviers de motivation, mon plan d'action,...

Groupe de co-développement professionnel "spécial entrepreneurs"

Vous vous sentez parfois seul(e) dans votre activité et vous rêvez d'un espace où vous ressourcer, vous exprimer et trouver de nouvelles idées ?

Le co-développement professionnel est un processus puissant qui s'appuie sur la force du collectif et le partage d'expériences. Vous trouverez des solutions opérationnelles en un temps réduit.

Ateliers Focus

Des experts interviennent pour vous transmettre leurs connaissances, vous initier à une nouvelle thématique ou vous permettre de renforcer une pratique professionnelle.

Quelques exemples des thèmes abordés : utiliser LinkedIn, valoriser mon CV, planifier son année pour atteindre ses objectifs, initiation au podcast, comprendre et apprivoiser son stress, etc...

Et aussi :

Des soirées networking, des visites d'entreprises et des conférences passionnantes sur des thèmes comme l'interculturalité, des clés pour rebondir en période de changement, optimiser votre potentiel grâce à votre mental, ...

Ce sont les participants qui en parlent le mieux :



"Je me suis inscrite "sans trop y croire" et pourtant, vous m'avez donné l'envie d'avancer, de m'accomplir personnellement et professionnellement. MERCI !"



"J'ai aimé la diversité des profils parce que cela crée une diversité des réflexions et des propositions, pour voir le problème sous plusieurs angles."



"Les 2 h sont passées trop vite."
"Ce qui m'a plu dans l'atelier : dynamisme, professionnalisme, pédagogie."

Madrid Accueil PRO adresse ses chaleureux remerciements à UP SPAIN et à l'INSTITUT FRANÇAIS DE MADRID pour leur soutien.



Forte de 35 ans d'expérience, la filiale espagnole du Groupe Up offre des solutions pour motiver les personnes : clients, employés et citoyens.

Fière de son origine sociale et engagée pour générer un impact positif pour son entourage, Up Spain crée des solutions personnalisées pour attirer, fidéliser et motiver un million d'utilisateurs au travers de ses 5.000 clients. Up, ce sont des personnes qui motivent les personnes.

FOCUS SUR...

LA CHAMBRE DE COMMERCE



Madrid Accueil PRO a rencontré Sara Bieger, présidente de la CCI France Espagne. Elle nous présente la Chambre, les enjeux et les événements incontournables.

Bonjour Sara Bieger,

Vous êtes la Présidente de la CCI France Espagne, que l'on appelle communément, La Chambre, une institution qui est née en 1894. Nous vous remercions infiniment de nous recevoir aujourd'hui.

MAP : Pourriez-vous nous présenter La Chambre en quelques mots et chiffres ?

SB : La Chambre Franco-Espagnole se veut un **Club d'affaires**, un point de rencontre et d'accompagnement des entreprises visant à favoriser leur développement national et international, et à promouvoir les relations économiques **entre la France et l'Espagne**, en s'appuyant sur une solide connaissance des particularités des deux marchés.

La Chambre c'est :

- Plus de **500 entreprises adhérentes**, de tous secteurs d'activité et tailles ;
- Une **équipe de 17** collaborateurs ;
- **Plus de 100 événements** par an ;
- **8 délégations** (Baléares, Bilbao, Canaries, Malaga, Valladolid, Valence, Séville, Saragosse) ;
- L'appartenance à un **réseau mondial de 126 CCIF** et de plus de 33000 entreprises.

MAP : La Chambre est organisée en commissions. Quelles sont-elles et quelle est la mission d'une commission ?

SB : La Chambre a 7 commissions et un Club CFOs, regroupant plus de 100 entreprises et 300 experts. Nous cherchons à les **mettre en valeur** et à créer des espaces de **networking** au travers des activités proposées. En participant aux commissions, les experts apprécient particulièrement d'approfondir leurs connaissances, de **partager les bonnes pratiques**, le lobbying et l'opportunité de faire des affaires.



Madrid Accueil pro et Sara Bieger

Nos commissions sont :

- Digitale et technologie ;
- Mobilité, transport et logistique ;
- Énergie et climat ;
- Développement durable ;
- Lifestyle, culture et sport ;
- Retail, alimentation et boissons ;
- Personnes et talents ;
- Club CFO's.

MAP : Quels sont les enjeux auxquels doit faire face la CCI France Espagne ? De nouveaux besoins ont-ils émergé ?

SB : Ce sont les mêmes que pour une entreprise : **s'adapter aux défis** du marché, et dans notre cas, **renforcer la confiance** et les liens avec nos adhérents, et **consolider** notre rôle comme **partenaire incontournable** des entreprises lors de leur implantation dans l'autre pays.

Les entreprises demandent plus de communication et d'information, nous avons donc renforcé notre présence sur les réseaux sociaux.

Dans notre optique de favoriser des espaces de networking et d'affaires, nous participons à différents salons et forums d'entreprises, comme **Madrid Platform**, **Imex à Madrid** ou encore **Global Industrie à Paris**.

Nous avons renouvelé et renforcé **nos alliances** et accords de collaboration avec les institutions et associations espagnoles et françaises.

MAP : Quels sont les événements incontournables de la Chambre ?

SB : La Chambre propose plus de 100 événements annuels pour **renforcer les relations** entre ses membres. Certains sont devenus des rendez-vous annuels **à ne pas manquer**.

- Les **Prix de La Chambre**, remis lors d'un dîner de gala en novembre, encouragent **4 piliers fondamentaux** pour notre organisation : le développement durable, la collaboration franco-espagnole, l'entrepreneuriat et l'innovation.
- Nos événements **sportifs**, tel que notre tournoi de padel au mois de juin ou le tournoi de golf en octobre.
- En octobre, nous lançons le **Forum Entrepreneurial France-Espagne** où les chefs d'entreprise et les experts sectoriels débattent sur divers aspects de la Mobilité et de la Gestion de la volatilité dans la chaîne d'approvisionnement.

MAP : Créer son entreprise en Espagne est le projet de nombreux nouveaux arrivants. La Chambre procure-t-elle un support aux entrepreneurs ? Auriez-vous un conseil à leur donner ?

La Chambre met à disposition pour les nouveaux arrivants une équipe de consultants bilingues et biculturels qui les accompagnent tout au long de leur parcours.

Nos **services à la carte** incluent : diagnostic, étude de marché, identification de contacts clefs, conseils quant à la forme d'implantation, aide dans les démarches administratives, domiciliation sous différentes formes (nous disposons à Madrid d'un centre d'affaires avec des bureaux et des postes de travail adaptés).

Mon conseil est d'**anticiper votre implantation** et de prendre contact au plus tôt avec la Chambre.

Merci beaucoup, Sara, pour cet échange. En début d'année, vous avez eu la gentillesse de nous ouvrir les portes de La Chambre pour présenter les atouts et les activités de Madrid Accueil aux membres de la commission Personnes et Talent, et il y a quelque temps, pour organiser, une conférence intitulée

“Travailler ensemble : regards croisés France Espagne” qui a rassemblé plus de 50 personnes. Nous espérons développer davantage encore les liens entre nos deux organisations.

AU FIL DES



Madrid accueil vous accompagne tout au long de l'année. Nous souhaitons vous faire découvrir la capitale et ses environs comme un Madrilène. Nous avons composé pour vous, un bel échantillon d'articles et de bons plans pour découvrir ou redécouvrir toute la richesse culturelle et gastronomique espagnole.

Retrouvez également l'ensemble de nos articles et bien d'autres actualités sur la page d'accueil de notre site internet.

L'AUTOMNE

L'automne à Madrid est une saison où il fait bon,...

Découvrir, s'adapter, se rencontrer, s'organiser. Voici les premiers mots qui nous viennent à l'esprit lorsque l'on pense à l'automne.

Et, ce n'est pas tout, ...

Le début de l'automne marque l'époque des vendanges. C'est l'occasion rêvée de vivre la culture du vin et d'initier votre palet aux vins espagnols : Rioja, Priorat, Ribera del Duero, ... Il y en a pour tous les goûts.

L'automne à Madrid, ce sont aussi les charmes de l'été indien.

Avec des températures d'une grande douceur, vous pourrez flâner aux alentours de la capitale, faire de belles balades dans de charmants villages ou de magnifiques randonnées Madrid Accueil.

Enfin, vous pourrez savourer un cocktail de traditions culturelles espagnoles, anglo-saxonnes ou mexicaines autour des célébrations d'Halloween, de la Toussaint ou del « Día de los Muertos ». À cette occasion, vous pourrez tenter une visite insolite de l'un des cimetières de Madrid (article de la revue #60).

Sans oublier, la traditionnelle soirée annuelle Madrid Accueil, **l'événement festif et amical qui nous rassemble !**

Le saviez-vous ?

Le 12 octobre célèbre el día de la Hispanidad.

Le 12 octobre 1492, Christophe Colomb aborde les côtes américaines pensant avoir atteint les Indes.

Cette « rencontre de deux mondes » va transformer les visions du monde et des vies aussi bien pour les européens que pour les américains et marque le passage du Moyen-Âge à l'Âge moderne. Commence alors le début d'une histoire commune passant par la colonisation européenne de l'Amérique.

La Fête Nationale commémore de façon solennelle les différents moments de l'histoire collective formant partie du patrimoine culturel historique et social découlant de la découverte du Nouveau Monde. C'est la loi de 1987 qui instaure définitivement le 12 octobre comme jour de fête nationale espagnole.



Conseil de la rédaction : la visite du musée des Amériques
Av. de los Reyes Católicos, 6, 28040 Madrid.

L'ESPAGNE, *L'AUTRE PAYS DU VIN*

Le vin est introduit par les **Phéniciens** en 1100 avant JC dans la région de **Cadix**. Son entrée par la côte **catalane** n'arrive qu'au VI^e siècle avant JC, lorsque la ville d'**Ampurias** est fondée.

La culture des vignes et l'élaboration du vin dans la péninsule se répandent à partir du II^e siècle avant JC grâce aux Romains, unissant les deux rives, **catalane et andalouse**.

C'est à ce moment-là que le vin espagnol devient le plus apprécié de Rome.



Lorsque les **arabes** occupent la péninsule, la production de vin se paralyse, les lois du Coran l'interdisant. Les vignes sont toutefois protégées pour la consommation du **raisin de table**.

Au XV^e siècle, la culture viticole est restaurée et étendue à d'autres régions du pays.

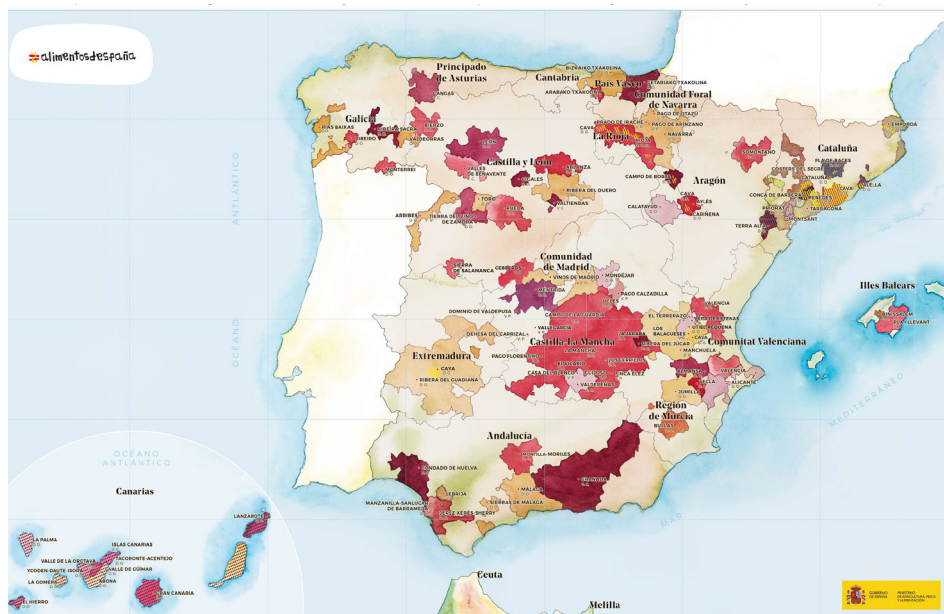
Le **XIX^e siècle** est une période capitale pour la production espagnole. L'arrivée dévastatrice du **phylloxéra en France** oblige de nombreux viticulteurs français à s'implanter en Espagne. Ils introduisent de nouvelles méthodes de vinification plus modernes et permettent alors un **essor de la filière viticole**.

En 1930 apparaissent les premières « **Denominaciones de Origen** » (l'équivalent de notre AOC) pour les vins de Jerez, de Málaga et de Montilla, puis 10 ans plus tard pour la Rioja et Tarragone.

Tout va ensuite très vite : la demande est telle que la nécessité d'une régulation plus stricte est mise en place afin de contrôler et aider la production. Dans les années 80 des vignobles se modernisent grâce à l'entrée de l'Espagne dans l'**Union Européenne en 1986**. Désormais l'Espagne rivalise avec les autres producteurs européens et du reste du monde.

Voici les principales **appellations D.O.** :

- Catalogna : Penedés, Tarragona, Priorato ;
- Comunidad Valenciana : Alicante, Utiel-Requena ;
- Aragón : Calatayud, Cariñena, Campo de Borja ;
- Murcia : Jumilla, Yecla, Bullas ;
- Castilla-La Mancha : Almansa, Valdepeñas, La Mancha, Vinos de Madrid ;
- Navarra : Navarra ;
- Rioja : Rioja ;
- País Vasco : Chacolí ;
- Castila y León : Ribera del Duero, Toro, Cigales ;
- Galicia : Ribeiro, Monterrei, Rías Baixas, Ribeira Sacra, Valdeorras ;
- Andalucía : Jerez, Condado de Huelva, Montilla-Moriles, Málaga.





L'Espagne développe une grande quantité de vins de table et également une vaste gamme de vins de meilleure, voire de très bonne qualité. Voici les sortes de vins existant, de la meilleure à la moins bonne, elles-mêmes divisées en deux catégories :

- **Vino de Calidad Producido en una Región Determinada (VCPRD)**
(Vin de qualité produit dans une région déterminée)
Vin d'un Domaine, vin AOC Certifiée, vin AOC, vin de qualité avec Indication Géographique.
- **Vino de mesa** (Vin de table)
Vin de Pays avec Indication Géographique et vin de table.

Le monde viticole espagnol en quelques chiffres :

- En 2021, l'Espagne détient **13% du vignoble international**, ce qui la place au **1er rang mondial** en termes d'hectares cultivés.
- En 2020, l'Espagne a eu une production moyenne annuelle de **37 millions d'hectolitres de vin et de « mosto »** (moût : jus de raisin contenant divers éléments du raisin tels que la peau, les graines...).
- En 2018, l'Espagne est le 3ème producteur mondial de vins.
- L'Espagne produit **25% du vin européen**.
- Les vins espagnols sont exportés dans **189 pays**.
- En 2020, l'Espagne est le 2ème exportateur de vins en volume avec un peu plus de 2.012 millions de litres.
- L'Espagne est le **leader en matière de culture de vignobles biologiques** avec 121.200 hectares puisqu'elle produit 400 milles tonnes de raisins de vinification.
- L'Espagne cultive **150 variétés autochtones de raisins**.

Lorsque vous commencez à découvrir les alentours de Madrid, il se peut que vous soyez également attiré par l'œnotourisme. Avec une présence et une production très forte du vin en Espagne et une offre restreinte de vins français, nous avons découvert quelques vignobles espagnols - un moment culturel très riche qui a permis d'en savoir plus sur leur histoire, leurs méthodes de production, les cépages, les types de vin et d'autres aspects qui les entourent.

Tous les vignobles d'Espagne proposent des dégustations pour la plupart en espagnol et certaines en anglais, mais autour du vin, tout le monde se comprend !

Il existe notamment de nombreux organismes spécialisés offrant des services à la carte ou des formules clé en main (circuits de dégustations, restauration avec hébergements) pour organiser vos visites.
(www.wineroutesofspain.com)

Nous avons été impressionnés par l'architecture de certains vignobles, notamment l'un des plus réputés dans la région du Rioja Alavesa, avec la **Ciudad del Vino des Bodegas Marqués de Riscal**. C'est le Canadien Frank O. Gehry, auteur du musée Guggenheim Bilbao, qui est à l'origine de ce projet surprenant. A l'intérieur, vous trouverez un hôtel et un restaurant de luxe, ainsi qu'un spa vinothérapie.

A quelques kilomètres de celle-ci se trouve la **Bodega Viña Real**, œuvre de l'architecte français Philippe Mazières. Les caves sont creusées dans la roche.

Dans une autre région très connue également, celle de la Ribera del Duero, au pied du château de Peñafiel, les **Bodegas Protos** proposent des matériaux et des structures innovantes permettant d'optimiser le rendement et le coût énergétique.



Notez qu'à Madrid, on compte déjà pas moins de **51 caves** d'appellation "**Vinos de Madrid**".

Si vous souhaitez plus d'infos, vous pouvez vous rendre sur le site suivant :

www.madridenoturismo.org



© Albet i Noya

Conseils de la rédaction:

La visite de la maison **Muga** où un tour en montgolfière vous est également proposé pour survoler les vignes. C'est absolument fabuleux !

Avenida Vizcaya, 2. Barrio de la Estación. 26200 Haro (La Rioja)

www.bodegasmuga.com

La visite d'une des premières productions biologiques en Espagne :

Albet i Noya.

Can Vendrell de la Codina s/n, 08739 Sant Pau d'Ordal (Subirats)

Barcelona

www.albetinoya.cat



© Albet i Noya

Si vous souhaitez combiner une visite culturelle et une dégustation de vins, **Haro** (Rioja) possède un patrimoine historique et artistique incroyable : la **basilique Nuestra Señora** de Haro avec son grand autel baroque, le palais des comtes de Haro, également baroque, le palais de Beldaña, un exemple du plateresque espagnol, ou aussi, l'**église Santo Tomás**.

Nous vous recommandons une visite absolument exceptionnelle pour vous immerger dans la culture du vin espagnole :

Vivanco (vivancoculturadevino.es).

Les vignobles font partie du paysage. La municipalité retient également la date du 29 juin de chaque année pour une "**Bataille du vin**". Dans ce combat pacifique, deux groupes opposés se lancent des milliers de litres de vin.

L'HIVER

L'hiver à Madrid n'est qu'illumination !

Le climat de Madrid en hiver nous rappelle nos jolies « Alpes du Sud ». Du haut de ses 650 mètres d'altitude, Madrid nous réserve un temps froid et sec et ce, sans jamais se départir de sa luminosité tant naturelle qu'artificielle. Quelle source de bien-être !

À la saison hivernale, l'ensoleillée Madrid se pare de ses plus beaux atours avec ses illuminations multicolores, ses magnifiques marchés de Noël, ses crèches et ses sapins lumineux pour célébrer la magie de Noël et l'arrivée des rois mages pour le plaisir des plus petits et des plus grands.

L'hiver est aussi l'occasion de découvrir quelques stations de ski espagnoles emblématiques où vous pourrez profiter des joies des sports d'hiver en famille ou entre amis.

Pour Madrid Accueil, goûter de Noël, galette des rois, chandeleur seront vos rendez-vous magiques pour passer un moment inoubliable en famille.

Le saviez-vous ?

El día de la Almudena : le 9 novembre

Selon la légende, l'image de la Vierge de l' Almudena fut cachée dans les murailles de Madrid en prévision d'une attaque musulmane en **712**. Plus tard, au XIe siècle, la ville fut reconquise par des troupes chrétiennes sous les ordres d' Alfonso VI. Elles se mirent immédiatement à la recherche de la statue sans savoir exactement où chercher. Après quelques jours de prières, alors qu'un cortège passait par la "**cuesta de la Vega**" (zone de l'antique al-mudanya, ou ville musulmane), un pan de mur s'écroula, dégageant le creux où la Vierge avait été cachée, intacte après le passage des siècles, et éclairée de deux bougies encore allumées. Depuis ce moment, elle fut déclarée **Patronne de Madrid**.



Notre Dame de La Almudena

Conseil de la rédaction : La visite de la Cathédrale et de la crypte C. de Bailén, 10, et Calle Mayor 90. 28013, Madrid.

LA TRADITION DES FÊTES DE FIN D'ANNÉE



Bien que la date officielle des fêtes de Noël soit le 24 décembre dans le monde entier, en Espagne, Noël commence le 22 décembre, jour du grand tirage de la Loterie Nationale « el Gordo », et les fêtes de fin d'année se poursuivent jusqu'au 6 janvier, jour de l'Épiphanie.



Plaza Mayor © Alvaro lopez del Cerro, Madrid Destino.

Curiosités :

Même si la tradition tend à changer, le 25 décembre, les enfants ne reçoivent pas de cadeaux du Père Noël.

Le **28 décembre**, les espagnols célèbrent le jour des **Saints Innocents**, ce qui équivaut à notre 1er avril.

Le 31 décembre, les personnes se réunissent sur les places (à Madrid à la **Puerta del Sol**) ou bien chez eux pour manger les **12 grains de raisin** au rythme des 12 dernières secondes de l'année.

À NE PAS MANQUER À MADRID !

Le 5 janvier dans l'après-midi toutes les villes et villages d'Espagne accueillent les « **Cabalgatas** » des Rois Mages venant d'Orient : des carrosses, des personnes déguisées, des Grosses Têtes, des groupes de musique se succèdent en lançant des bonbons aux enfants regroupés sur leur passage.



Car en Espagne, ce sont les **Rois Mages** qui apportent les cadeaux le **6 janvier** !

Madrid organise chaque année dans le centre-ville un grand défilé de chars animé à l'issue duquel les trois invités d'honneur - Gaspard, Melchior et Balthazar - adressent au public un message de paix et de solidarité.

Les illuminations : la magie de Noël

À partir de la fin du mois de novembre, la ville se transforme et s'éclaire de milliers de lampes pour laisser place à la **féerie de Noël**.

En 2021, nous avons apprécié les quelques 232 emplacements emblématiques de la capitale illuminés et décorés avec des guirlandes, des cerisiers, des sapins, des crèches figuratives.

Une boule géante de Noël de 12 mètres de diamètre, 7 tonnes et 43.000 lumières est érigée pour l'occasion juste devant le bâtiment **Metrópolis**.

Le bus de Noël, **Naviluz**, vous permettra de découvrir la féerie des illuminations madrilènes en 50mn au départ de la **Plaza Colón**.

Les **crèches** incontournables :

- La crèche de la mairie de Madrid, située au **CentroCentro** du Palacio de Cibeles, réalisée par José Luis Mayo Lebrija.
- La crèche du Palais Royal commencée par Carlos III pour son fils **Carlos IV** comportant 200 figurines napolitaines, génoises et espagnoles allant du XVIIIe au XXIe siècle.
- La **crèche napolitaine du Musée d'Histoire** datant du XVIIIe siècle et comportant 50 pièces retraçant une scénographie orientale reflétant l'esprit courtois de la culture baroque.
- La **crèche aquatique** du zoo de Madrid, à 4 mètres de profondeur et au milieu de requins, raies, tortues et autres poissons, constituée de 5 pièces en méthacrylate.

Les marchés de Noël les plus représentatifs :

Le marché de la **Plaza Mayor** est le plus important de la capitale. Il se compose de 104 chalets où acheter principalement des crèches, des décorations de Noël et des farces et attrapes.

La **Plaza de Juan Goytisolo** et la **Plaza de Isabel II** accueillent également des petits marchés d'objets décoratifs.

Sur la **Paseo de Recoletos** entre Colón et Cibeles s'installe la Feria Mercado de Artesanía de la Comunidad de Madrid à laquelle participent plus de 170 artisans venant de toute l'Espagne.

Madrid Río accueille aussi un marché traditionnel regroupant une vingtaine de chalets d'alimentation et d'artisanat typique de Noël ainsi qu'un **manège** pour les enfants.



Plaza de Cibeles © Alvaro Lopez del Cerro, Madrid Destino.

Les essentiels pour les enfants

Cortylandia installé tous les ans par le Corte Inglés Preciados-Callao sur sa façade de la rue Maestro Victoria est une mise en scène animée et musicale de 40 mètres de long sur 16 mètres de haut. Le spectacle dure 15mn et se répète toute la journée.

Le **Circo Price** crée depuis 2006 un spectacle de Noël drôle et attachant, renouvelé chaque année, et qui s'est converti au fil des ans en un classique des fêtes de fin d'année.



Explorium au Jardín Botánico propose de novembre à mi-janvier une expédition maritime à la découverte de l'océan atlantique, de sa flore et de sa faune à travers un spectacle de sons et lumières magique et époustoufflant.

La **Real Casa de Correos** se convertit chaque année en la Casa de la Navidad, un village de Noël où vivent et travaillent les lutins du Père Noël. Les plus petits pourront connaître le **Père Noël et les Rois Mages** et découvrir la formule magique pour que les cadeaux arrivent sans encombre dans les cheminées.



LE SKI EN ESPAGNE, ÇA VOUS GAGNE !

*Quand on pense Espagne, on pense plages, soleil ou farniente.
Mais l'Espagne est aussi un pays montagneux où il fait bon skier !
Madrid Accueil a sélectionné pour vous quelques stations espagnoles
emblématiques où il fait bon passer ses vacances d'hiver en profitant
de nombreuses activités. Au programme : ski, randonnées en raquettes,
parcs d'activités, ... pour le plaisir de tous !*

SIERRA NEVADA : LA PLUS DYNAMIQUE ET LA PLUS INNOVANTE

Située à **31km de Grenade** dans le Parc Naturel de Sierra Nevada, cette station de ski offre le dénivelé le plus important d'Espagne (entre 2100m et 3300m d'altitude) avec environ 107km de pistes adaptées à tous les niveaux. Les plus « kamikazes » pourront s'élancer sur la piste de Skicross aux multiples bosses. Pour les enfants, la station propose des promenades en raquettes, un circuit de motos neige et un parc d'activités, le **Mirlo Blanco**, qui dispose d'une patinoire, de toboggans, de châteaux gonflables et d'un traîneau russe.



© Aramon

Pour connaître les informations neige des stations -> www.infonieve.es.

BAQUEIRA BERET : LA STATION LA PLUS CHIC

Dans la vallée d'Aran, cette station appelée la **perle des Pyrénées Catalanes** est l'une des destinations de ski préférées des espagnols. Vous y croiserez peut-être de nombreuses personnalités (et pourquoi pas la famille royale) sur ses 167km de pistes de ski alpin ou ses 7km de circuit de ski de fond.

La station organise également, pour toute la famille, des promenades à cheval ou en traîneau sur des sentiers magnifiques serpentant dans la vallée, des safaris et dispose d'un **snowpark « Marmote »** où petits et grands peuvent profiter des plaisirs de la neige.



© Aramon

FORMIGAL – PANTICOSA : LA MEILLEURE STATION FAMILIALE

Dans la vallée de **Tena**, à la frontière française, cette station dispose du **domaine skiable le plus grand** d'Espagne avec 176km de pistes, situé entre 1500m et 2200m d'altitude. Il est divisé en quatre secteurs : **Cresta, Portalet, Anayet et Sarrios** qui accueillent, entre autres, un circuit de slalom ainsi qu'une piste de luges et un circuit de raquettes.

La station dispose également d'un complexe destiné aux enfants, le **Bosque Animado**, où ces derniers pourront découvrir les animaux qui peuplent la vallée de Tena.

CANDANCHÚ : LA PLUS ANCIENNE STATION DE SKI ESPAGNOLE

Inaugurée en 1928 et située à la source de la rivière Aragón, Candanchú s'est convertie au fil des années en une **station familiale** disposant d'un des meilleurs domaines skiables pour débutants. Certaines pistes ont été pensées afin que les parents puissent voir skier leurs enfants et ainsi apprécier leurs progrès.

L'une de ses attractions est le **Tubo de la Zapatilla**, une descente hors-piste entre les rochers pour les skieurs les plus expérimentés.

Et pour les petits de 2 à 7 ans, la station dispose d'un jardin de style nordique, le **Candanchulandia**, où s'amuser est le maître mot.



© Aramon

CERLER : DANS LA LISTE DES 24 MEILLEURES STATIONS AU MONDE

Trois années consécutives, Cerler a été désignée meilleure station de ski espagnole aux **World Ski Awards**. Située entre 1500m et 2630m d'altitude, cette station est l'une des plus importantes des **Pyrénées aragonaises** avec ses 79km de pistes, dont une de slalom, une de snowspeed, une de boardercross et une de speedriding. Elle détient la piste la plus longue de la péninsule, soit 9km, qui parcourt l'entièreté de son dénivelé.

LE PRINTEMPS

Le printemps à Madrid, voici venu le temps, ...

d'ôter petit à petit nos gros pull-overs, nos bottes fourrées et nos bonnets tandis que la période de floraison s'installe à Madrid.

Avec l'arrivée du printemps, les parcs et les jardins deviennent les lieux incontournables des promenades et pique-niques du dimanche, en amoureux, en famille ou entre amis.

Le printemps à Madrid est aussi l'occasion de découvrir et de célébrer les fêtes traditionnelles et religieuses.

El Día de la Comunidad, qui célèbre le soulèvement espagnol contre les troupes de Napoléon et le commencement de la guerre d'indépendance, la Semana Santa, qui commémore la passion, la mort et la résurrection du Christ, la San Isidro Labrador qui honore le Saint Patron de la ville de Madrid, sont des événements emblématiques alliant tradition et modernité.

Pour Madrid Accueil, c'est aussi le grand retour des festivités avec nos soirées rooftop, nos activités de plein air pour toute la famille,... Sans oublier, l'un de nos rendez-vous annuels, l'Assemblée générale ordinaire.

Le saviez-vous ?



Le 15 mai, les madrilènes fêtent **la San Isidro**. Mais qui était-ce ?

Isidore le laboureur est un paysan chrétien né à la fin du XI^{ème} siècle, très admiré pour sa facilité à trouver des sources d'eau. Plus d'une centaine de miracles lui sont attribués et en suivant la trace de ses exploits, il est possible de parcourir Madrid.

Conseil de la rédaction : l'incontournable fête populaire et familiale de la Pradera de San Isidro
Paseo de la Ermita del Santo, 74 28019 Madrid

PÂQUES EN ESPAGNE, UNE TRADITION DU MOYEN-ÂGE

Durant la Semaine Sainte, l'Espagne se transforme pour commémorer la passion, la mort et la résurrection du Christ. Chaque village vit avec ferveur et intensité les fêtes qui s'y déroulent de jour comme de nuit. Les rues se convertissent en espaces où se mêlent émotion, son des tambours, couleurs et art religieux.



© César Lucas Abreu © MADRID Destino

Les **processions** organisées par les confréries chaque jour de la semaine allient tradition religieuse et coutumes de chaque village. Leurs membres, vêtus de leur habit de pénitent (longue cape et capuche pointue couvrant le visage et les épaules) parcourent les rues accompagnant les costaleros (porteurs) des pasos (sculptures religieuses), au rythme des tambours.

La véritable origine de ces processions :

Selon **Fermin Labarga**, agrégé de l'Instituto de Estudios Riojanos, les confréries commencent à se former au XVe siècle. Les processions, quant à elles, n'apparaissent qu'au XVIe siècle ; leur origine provient à la fois du théâtre religieux qui se déroulait aux portes des églises et du désir de la population chrétienne d'**imiter la Passion du Christ**. Cette **ferveur religieuse** s'accroît au XVIIème avec la menace de la **Réforme de Martin Luther**.

Au XVIIIe siècle, le roi **Carlos III interdit la flagellation** : les processions sont alors réduites à un défilé d'images religieuses éclairées par des cierges et accompagnées des chants du clergé.

Ce n'est qu'au **XIXe siècle** que furent organisés les **cortèges** tels que nous les connaissons aujourd'hui avec, notamment, l'introduction de groupes de musique.



De toutes les processions espagnoles, la plus connue et la plus traditionnelle est sans doute celle de **Séville**, déclarée d'Intérêt Touristique International depuis 1980. La **Madrugá du Vendredi saint** est la nuit la plus longue de l'année à Séville. Au son des **saetas** (chansons émouvantes dédiées à la Vierge) chantées depuis les balcons, les spectateurs regardent passer les images les plus vénérées comme celles de **Jesús del Gran Poder**, de l'**Esperanza de Triana**, de la **Macarena** ou du **Christ des Gitans**.

Mais d'autres processions surprenantes, inédites, insolites et méconnues rythment la Semaine Sainte espagnole.

ELCHE : LES PALMIERS

Le **dimanche des Rameaux**, des dizaines de milliers de personnes accompagnent la **procession de Jésus Triomphant** dans les rues du centre-ville avec, à la main, une **feuille de palmier blanc** élaborée par des artisans à partir des palmiers de la palmeraie d'Elche. Ces feuilles de palmier blanc sont le **symbole de la ville** depuis le **XVe siècle**.



@ visitelche

CASTRO URDIALES : LA PASSION VIVANTE

Dans cette petite ville de **Cantabrie**, quelque **600 habitants** se réunissent pour se réjouir d'une **représentation complète de la Passion du Christ**, de la Cène à la Résurrection. Durant 6 heures, les figurants recréent 15 scènes dans les rues du **centre historique**.

VALVERDE DE LA VERA : LES EMPALAOs (EMPALÉS)

Le **Jeudi saint**, les pénitents de cette confrérie parcourent **pieds nus** les rues de la ville, les bras et le torse attachés à une croix en bois de **châtaignier**, une couronne d'épines sur la tête et recouvert d'un voile. Durant leur chemin de croix effectué **en silence**, lorsqu'ils croisent un autre pénitent, ils **s'agenouillent** en signe de **respect**.



© Ayuntamiento de Almagro

AMALGRO : LES ARMAOS (PERSONNES ARMÉES)

Après la **procession du silence** la nuit du Jeudi Saint au Vendredi saint, à 8h du matin, une armée représentant l'Empire romain (**los Armaos**) sort dans les rues de la ville en un cortège fascinant. Arrivées à la **Plaza Mayor**, où les attend la foule, ces troupes romaines forment la figure du fameux « **escargot** » : elles tournent autour de leur chef en créant un grand cercle qui se convertit peu à peu en spirale. Les spirales se font et se défont dans un effet esthétique surprenant.

MÁLAGA : LA PROCESSION DES LÉGIONNAIRES

A midi le Jeudi saint, au rythme de **180 pas par minute**, les **légionnaires** débarquent du port de Málaga pour porter sur leurs épaules l'image du Christ de Mena jusqu'à l'**église de Santo Domingo** où les attendent des milliers de fidèles au **son des cornetes** (sorte de trompette) avant que le silence ne se fasse.

À Madrid, c'est le grand retour des processions !

*La semaine Sainte à Madrid est un événement majeur !
La ville de Madrid déploie un éventail incroyable d'activités culturelles, festivités, concerts, célébrations et processions religieuses autour de la Passion et la mort du Christ.*



Vous trouverez des informations complémentaires sur le site www.esmadrid.com/fr/agenda/semaine-sainte-madrid

VILLAGES ET PARADORS

Les beaux jours arrivant, quoi de plus reposant que de s'échapper de la capitale à la découverte de villages pleins de charme et chargés d'histoire et de séjourner, pour un week-end ou de courtes vacances, dans l'un des merveilleux Paradors ?

Nous avons sélectionné pour vous 6 destinations enchantées.

© Paradores

MORELLA, Comunidad Valenciana, province de Castellón

A seulement 60km de la côte méditerranéenne, Morella se dresse devant les yeux du visiteur dans toute sa majestuosité. Ses murailles centenaires composées de 16 tours et 6 portes entourent un château médiéval à plus de mille mètres d'altitude. Déclaré Conjunto Histórico-Artístico (Ensemble Historico-Artistique), Morella est considéré comme l'un des plus beaux villages d'Espagne. Ibères, romains, arabes et chrétiens y ont laissé les traces de leur passage.

Laissez-vous porter par l'histoire en parcourant ses rues pavées étroites, la plus caractéristique étant la calle Blasco de Alagón avec ses arcades médiévales en pierre et en bois et montez jusqu'au château en passant par le Couvent San Francisco (XIVème siècle) et l'église gothique Santa María construite entre le XIIème et XIVème siècle.

Et pour les plus jeunes, le **musée des dinosaures** propose un véritable voyage au centre de la Terre.



Parador de Alcañiz à 61km : Ce château-couvent des XIIème et XIIIème siècle conserve encore sa tour de garde, son campanile et sa sacristie, le reste ayant été transformé en palais aragonais.



CUDILLERO, Asturias

Sur la côte occidentale des Asturies, Cudillero est un joli petit **port de pêche** du XIII^e siècle niché sur une falaise. Invisible de la mer comme de la terre, ses maisons de pêcheurs de toutes les couleurs sont organisées en amphithéâtre. Depuis son phare ou sa citadelle, les vues sont spectaculaires. Son ensemble architectural du XIX^e siècle est connu comme le « **Versailles asturien** ». Cudillero a même sa propre langue : le **pixueto**.

RONDA, Andalucía, province de Málaga

Perchée sur un plateau coupé au couteau par les **gorges de la rivière Guadalevín**, Ronda semble faire le guet et attendre le visiteur. Les Celtes fondèrent cette ville qui passa aux mains des phéniciens, des romains et des arabes avant d'être reconquise par les Rois Catholiques en 1485.

Cette **ville fortifiée** est divisée en trois quartiers : au nord la Ronda moderne surgie du XVI^e siècle et appelée **El Mercadillo**, au sud de la rivière Guadalevín, le centre historique connu sous le nom de **La Ciudad** et enfin à l'extrême sud, le quartier **San Francisco**, le plus ancien de la ville, où se trouvent la citadelle et les **remparts arabes**.

Mais Ronda est également le berceau de la **tauromachie** moderne : sa Plaza de Toros

Le Parador de Gijón à 58km

Occupant un vieux moulin centenaire au sein du Parc **Isabel la Católica**, cet hôtel est entouré d'une végétation magnifique et d'un étang.



(arènes) construite à la fin du XVIII^e siècle par la Real Maestranza de Caballería a une renommée mondiale, notamment grâce à ses **corridos goyescas**.

Parador de Ronda : Près du Puente Nuevo (Pont Neuf), l'ancienne Casa Consistorial (mairie), habilitée en Parador, située sur une impressionnante enclave, jouit d'un **panorama unique** sur le Tage.



TRUJILLO, Extremadura, province de Cáceres

Située sur un énorme batholite de granit, Trujillo est la ville de naissance de Francisco Pizarro, célèbre conquistador du Pérou. Ce village renferme des joyaux architecturaux de différentes époques : vestiges visigoths, romains, arabes et chrétiens. Il est couronné par une citadelle construite à l'époque de l'Émirat omeyyade dont le chemin de ronde comporte de nombreux remparts et tourelles. Trujillo s'organise autour de sa Plaza Mayor, une des plus belles d'Espagne, dont les Palais du Marqués de la Conquista et de Carvajal Vargas, l'Église San Martín et la statue équestre de Pizarro en sont les monuments les plus emblématiques.

Parador de Trujillo : Cet ancien couvent du XVIème siècle comportant deux magnifiques cloîtres a été transformé en hôtel élégant et calme.

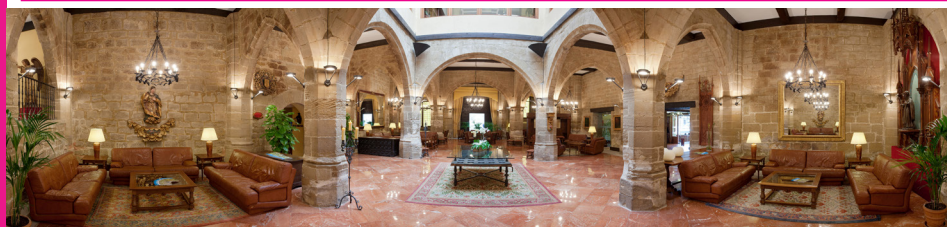


FRÍAS, Castilla y León, province de Burgos

Considérée la plus petite ville d'Espagne depuis 1435 (titre accordé par le roi Juan II), Frías, juchée sur son rocher, semble veiller sur l'Èbre. Enclave historique à l'époque romaine et médiévale, elle conserve un ensemble architectural médiéval et une tour de guet presque imprenable. Ses

maisons suspendues, construites aux extrémités des rochers, semblent faire partie du précipice.

Parador de Santo Domingo de la Calzada à 67km : L'hôtel occupe un ancien hôpital du XIIème siècle érigé par Santo Domingo juste à côté de la cathédrale afin d'accueillir les pèlerins effectuant le chemin de Saint-Jacques de Compostelle.

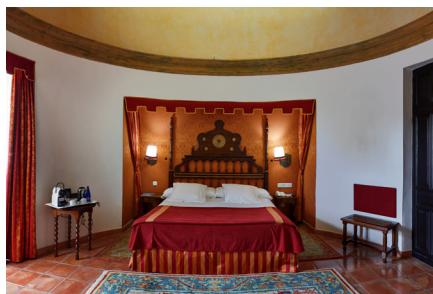




LA ALBERCA ET CIUDAD RODRIGO, Castilla y León, province de Salamanca

Niché au cœur de la Sierra de Francia, La Alberca est le premier village espagnol à avoir été déclaré **Conjunto Histórico Artístico** (Ensemble Historique Artistique) en **1940**. Il conserve une architecture typique de la Sierra de Francia, à base de pierres et de formes géométriques à **pan de bois**. Sur les façades se détachent des linteaux ciselés comportant les dates de fondation des maisons, des inscriptions, des signes ou des anagrammes religieux. Les parties supérieures des maisons dépassent des parties inférieures et touchent presque les toîts des maisons d'en face, produisant un curieux jeu d'ombres et de lumières dans les rues étroites. La Alberca est l'**union des cultures chrétienne, islamique et juive** qui se sont succédées au cours des siècles.

Parador de Ciudad Rodrigo à 44km : l'hôtel occupe le château d'Enrique de Trastámara situé sur une fosse surélevée sur la rivière Águeda offrant une vue magnifique sur les paysages du Campo Charro (Campagne salamantine). Ciudad Rodrigo étant lui-même considéré comme l'**un des plus beaux villages espagnols**, une visite s'impose afin de découvrir son architecture d'origine **romaine et médiévale**. Le village est entièrement entouré de remparts et ses rues sont remplies de palais et maisons seigneuriales.



L'ÉTÉ

Sol y sombra...

En été à Madrid, chaque espace de la ville se scinde en deux.
Le soleil et l'ombre, le désert et l'animation !

Les Madrilènes emplissent les trottoirs et les terrasses ombragés tandis que seuls quelques touristes en début de séjour se risquent à arpenter les trottoirs vides écrasés de soleil.

Les citadins qui ne sont pas encore partis rejoindre les plages, profitent des longues soirées en improvisant de joyeuses fêtes de quartiers, sirotant de grands verres de tinto de verano.

Picorer quelques tapas au sommet d'un rooftop en admirant un spectaculaire coucher de soleil, quoi de plus agréable en attendant les vacances ?

Festivals de musique, cinéma en plein air, fêtes populaires s'égrènent tout au long de l'été. Tandis que les touristes apprécient la fraîcheur climatisée des musées, petits et grands se baignent dans les nombreuses piscines extérieures ou dans les "embalses", les retenues d'eau, au pied de la Sierra à quelques km de Madrid. Certains vous diront, Madrid l'été c'est l'enfer... alors qu'il suffit simplement de bien choisir son moment et son endroit !

Le saviez-vous ?

Dans la nuit de San Juan, les Madrilènes s'étaient rendus sur la colline de **San Blas** (à l'endroit où se trouve aujourd'hui **l'Observatoire astronomique du Retiro**) pour ramasser une plante médicinale appelée **verbena** (verveine). La verveine devait être attrapée juste avant l'aube, c'est pourquoi ils passaient la nuit éveillés à chanter et à danser, jusqu'à ce qu'il soit temps d'attraper la verveine. Au mois d'août, les Verbenas sont devenues des fêtes populaires dans les quartiers de Madrid les plus anciens, celui du Rastro, de Lavapiés et de la Latina.

**Conseil de la rédaction : la visite du Real Observatorio Astronómico de Madrid
Calle Alfonso XII, 3 28014 madrid**



LES BELLES PLAGES ESPAGNOLES



Avec ses plus de 8.000km de côtes, l'Espagne offre une grande variété de magnifiques plages et criques. Criques tranquilles et vierges cachées dans des parcs naturels ou plages urbaines, Il y en a pour tous les goûts. Les meilleures plages espagnoles ont reçu le Drapeau Bleu (Bandera Azul) pour leurs excellents standards environnementaux.



PLAYA FLUVIAL DE A CALZADA, PONTE CALDELAS, PONTEVEDRA

Il s'agit de la seule plage fluviale détenant le **Drapeau Bleu**. C'est un endroit idéal pour y aller avec des enfants et réaliser des excursions aux alentours. Cette plage s'étend sur 250m sur la **rivière Verdugo** dans une forêt de bouleaux, de châtaigniers et de chênes. Ses zones de baignade spécifiques (enfants, adultes, animaux) aux eaux cristallines sont formées par un **barrage en pierre**.





PLAYA DE LA PIEDRA VILLAZAR, MÓJACAR, ALMERÍA

Cette plage de sable fin et aux eaux cristallines doit son nom à la structure rocheuse enclavée sur le sable : la **pierre Villazar**. C'est un endroit parfait pour passer une journée d'été en famille, la mer étant tranquille et sûre.

PLAYA POO, LLANES, ASTURIAS

Cette plage de sable fin et blanc en forme d'entonnoir de 150m repose au **bas de falaises**, à l'embouchure d'un petit ruisseau nommé **Río Vallina**. Quand la marée monte, la mer entre par le canal qui s'est formé au cours des siècles et forme une piscine naturelle d'eau salée peu profonde et sans vague. Elle devient alors un lieu de baignade idéal et très sûr pour les enfants.

PLAYA NORTE, PEÑISCOLA, CASTELLÓN

S'étendant sur 5km de sable fin et doré, cette plage urbaine baignée d'une mer tranquille en été longe une promenade maritime peuplée de **palmiers**. Il s'agit de la plage la plus proche du **centre historique** de Peñíscola, charmant village surplombé par le Château du Pape Luna (Castillo del Papa Luna). Petits et grands pourront s'adonner à leurs activités préférées en toute sécurité.



@ Cadiz Turismo

PLAYA DE LA VIRGEN DEL CARMEN, ZAHARA DE LOS ATUNES, CÁDIZ

Considérée la plage urbaine "hippie chic" espagnole, elle s'étend sur environ 6 kilomètres de sable fin. Ses eaux cristallines en font **un des joyaux d'Andalousie**. Elle est parfois assez ventée en été ce qui enchante les amoureux du **windsurf**. Au bord de l'eau, un bateau à vapeur, le **Gibralfaro**, échoué le 12 janvier 1902, offre un paysage surprenant.

LA FRANCE À MADRID



LES ASSOCIATIONS CARITATIVES

Ensemble, solidaires !



La solidarité est l'une des valeurs fondamentales qui anime Madrid Accueil.

À l'occasion d'une conférence sur les enjeux climatiques, un grand monsieur, Jean-Louis Etienne, explorateur, médecin, scientifique et écrivain a conclu son intervention par ces mots « *Chacun doit être efficace dans sa zone d'influence* ».

Ces mots résonnent toujours en moi, et doivent continuer à faire écho en nous tous pour contribuer à relever les grands défis écologiques et humains de notre siècle.

C'est pourquoi, à son humble niveau, Madrid Accueil a à cœur de soutenir et d'accompagner des causes, des projets, des organisations caritatives, solidaires, humanitaires, écologiques.

L'entraide, le respect, l'action doivent être collectifs, ... Ce sont des liens profonds qui doivent tous nous unir !

Nous vous dévoilons ici quelques-unes des associations et projets que Madrid Accueil soutient. Il y en a encore beaucoup d'autres.

Vous avez un projet solidaire, vous souhaitez que Madrid Accueil vous soutienne. Nous sommes à votre écoute.

Karine Gauthier

Focus sur l'Entraide française Madrid

Plus de 170 ans d'histoire et de solidarité auprès des familles françaises ou binationales en difficulté.



L'Entraide française, dont la création remonte à 1848, sous le nom de Société de Bienfaisance, est une association caritative placée sous la présidence et la vice-présidence d'honneur de l'Ambassadeur et du Consul Général de France à Madrid.

Sa mission est d'apporter assistance sociale, secours, aide et solidarité aux citoyens français en difficulté résidents ou de passage en Espagne.

L'association traite les cas les plus difficiles nécessitant un soutien et une aide économique, souvent pendant de nombreux mois ou années.

L'Entraide apporte, selon les cas, une aide alimentaire ou au logement, un accompagnement pour retrouver du travail, un accès à des soins médicaux ou psychologiques, ou bien une aide dans les démarches juridiques ou administratives. L'Association anime aussi le Club Sol contre la solitude et l'exclusion, et offre des cours de soutien scolaire et de français.

En 2021, l'Entraide a porté assistance à 111 familles, notamment en payant 91 mois de loyer et fournissant 60 aides alimentaires,...



#Les adhérents de Madrid Accueil étaient présents au gala annuel de l'Entraide pour soutenir la cause.

#Tombola au profit de l'Entraide lors de l'AG de MA, en présence de la consule générale de France Madrid, Madame Marie-Christine Lang que nous tenons à remercier chaleureusement pour son soutien inconditionnel.



Calle Fuencarral 127 5º DCHA 28010 MADRID

+34 91 308 09 30

info@lentraide.es



Focus sur le Projet Niger **Une véritable institution d'intégration et de lien social**

Après avoir passé de nombreuses années en Afrique sahélienne, Christian Moreau, professeur des écoles au Lycée français de Madrid décide, **il y a 20 ans**, de lancer le projet Niger.

Ce projet pédagogique et solidaire vise à motiver les élèves dans leurs apprentissages grâce à une correspondance épistolaire entre les élèves du LFM et une classe d'un village du Niger. Chaque trimestre, 700 lettres sont ainsi échangées.

Aujourd'hui, ce sont 12 classes de primaire et secondaire qui y participent.



Le projet Niger, **c'est aussi de nombreuses initiatives et actions de solidarité** réalisées et financées grâce à des partenaires entreprises et fondations et, aussi des particuliers.

- 1) Envoi de matériel scolaire dont ont bénéficié 2000 élèves ;
- 2) Construction de salles de classe, 7 à ce jour ;
- 3) Construction d'un puits de 50 mètres ;
- 4) Construction d'un dispensaire ;
- 5) Microcrédit pour permettre aux mamans d'élèves de financer des actions génératrices de revenus. Ce sont 120 mamans par an qui en bénéficient ;
- 6) Organisation de stages de formation pour les enseignants nigériens.

Le projet Niger, c'est une équipe dévouée de 6 bénévoles au Niger et 5 à Madrid impliqués au quotidien au côté de Christian Moreau.

Tout savoir : www.lfmadrid.net/projet-niger

LES INSTITUTIONS FRANÇAISES

*Focus sur l'Institut français de Madrid
À la croisée des cultures espagnole et française !*

**INSTITUT
FRANÇAIS**

Martin Chénout, à la tête de l'Institut Français de Madrid depuis septembre 2021, nous dévoile les atouts de ce lieu emblématique de la présence culturelle française à Madrid.



L'Institut français de Madrid (IFM) est un établissement lié à l'Ambassade de France en Espagne et dont la vocation est la promotion de la langue et de la culture françaises.

Idéalement situé au cœur de Madrid, proche de la plaza de Colón et contigu au Consulat de France, il est identifié comme **le principal centre culturel francophone de la capitale**. Ouvert à tous, **agréable et convivial**, disposant d'un café-restaurant, d'une médiathèque, d'une salle d'exposition et d'une salle de spectacle, il accueille le public du lundi au samedi.

L'Institut est avant tout **une école de langue**. Il propose des cours de français pour tous les niveaux, en présentiel ou à distance et développe aussi une offre de cours pour les entreprises. Centre agréé de certification et référent mondial en matière de qualité pour l'enseignement du français langue étrangère, il est aussi une ressource pour les enseignants des établissements espagnols.

L'Institut propose également une **programmation culturelle exigeante** articulant spectacle vivant (théâtre, musique, cirque, danse,...), cinéma, conférences et débat d'idées. Il accueille fréquemment les nouveautés culturelles françaises en Espagne comme les avant-premières de films ou les sorties d'ouvrages.

Par ailleurs, l'IFM contribue avec les autres antennes de l'Institut français d'Espagne (Barcelone, Bilbao, Saragosse, Séville et Valence) à la programmation de la saison culturelle de la France en Espagne « **Escenas francesas** », en accueillant de nombreuses personnalités, des écrivains, des économistes et des artistes de renoms.

L'IFM vous convie également aux habituels rendez-vous comme la **Nuit des Idées**, la **fête de la francophonie** ou encore la **fête de la Musique**. Cette année, le partenariat avec Madrid Accueil se prolonge !

Il se traduit par un tarif préférentiel pour ses adhérents (médiathèque et événements), des permanences de l'association au sein de ses locaux et l'accueil de la **soirée annuelle** de Madrid Accueil, **le 14 octobre prochain**.



N'hésitez donc pas à venir rencontrer nos équipes, découvrir nos espaces, fréquenter la médiathèque ou participer à nos événements, l'Institut français de Madrid est avant tout un espace culturel de **rencontre** ouvert, où il fait bon prendre un café à la croisée des cultures espagnole et française. À très vite !

Martin Chénot, directeur délégué.

Pour rester informés et connaître le programme, suivez-nous sur les réseaux sociaux (FB, Instagram, Twitter et LinkedIn) et inscrivez-vous à notre newsletter : www.institutfrancais.es/madrid

c/ del Marqués de la Ensenada, 12 - 28004 Madrid
Tél. 917 00 48 00



Focus sur La France Ô Si !

Favorise la pratique de la langue et la culture française de manière ludique.

Entretien avec Stéphanie Adélaïde, directrice.

MA : Stéphanie, pourrais-tu nous présenter l'association en quelques lignes ?

SA : La France Ô Si !, créée en 2014, est une association culturelle basée à Madrid. Elle a pour objectif de partager des valeurs **d'éco-responsabilité, de vivre-ensemble, de diversité et de respect.**

Sa vocation principale reste l'apprentissage du français langue maternelle (FLAM) et la promotion de la **culture francophone**. Cet apprentissage s'adresse au jeune public de 2 à 14 ans.

Grâce à une **immersion linguistique** totale, l'association permet de rassembler les familles autour de la culture francophone, avec des activités pédagogiques, culturelles, artistiques et sociales. Pour la rentrée 2022, l'ensemble de l'équipe se prépare pour une saison dynamique et pleine de surprises.



MA : Quel est ton rôle ?

SA : Je viens du monde des affaires internationales. Portée par la conviction qu'il faut promouvoir la langue et la culture francophone, j'ai fondé l'association, il y a maintenant 8 ans.

Mon rôle en tant que directrice de la structure est de veiller au bon déroulement et au **bon épanouissement** de l'association. Je coordonne, j'anime et je gère l'ensemble des actions et activités ludiques et éducatives. Nous sommes à l'initiative de nombreux événements destinés à **promouvoir la langue** et la culture francophone.

Nous œuvrons au quotidien pour fédérer et regrouper le programme FLAM.

MA : Quels sont les projets pour cette année ?

SA : Nous préparons de beaux projets cette année. Certains inédits comme la première édition du **Forum de l'éducation** en français à Madrid Nord ou encore la première édition de la **fête des associations** qui se tiendra mi-septembre. Cette année, le rassemblement des associations FLAM d'Espagne et du Portugal aura lieu à Lisbonne.

Rappelons que Stéphanie est également représentante de Flam Zone Europe Ibérique et Vice-présidente de Flam Monde.

Pour en savoir plus : www.lafranceosi.com

Quelques-unes des institutions françaises utiles pour vous aider dans votre quotidien :

ALLIANCE FRANÇAISE

Pionnier dans les cours d'espagnol pour francophones, c'est une association dont l'objectif est de promouvoir à travers le monde la langue et la culture française.

Cuesta de Santo Domingo, 13 - 28013 Madrid

Mo Santo Domingo, Callao, Ópera

Tél. 914 35 15 32

www.afmadrid.es

BIBLIOTHEQUE FRANÇAISE SAINT LOUIS

Ouverture : jeudi et dimanche de 11h à 13h

C/ Padilla, 9 - 28006 Madrid

www.bibliomadrid.com

BUSINESS FRANCE

Développement international des entreprises françaises, des investissements internationaux en France et de la promotion économique de la France.

Embajada de Francia, Calle Marqués de la Ensenada, 10-3e et 4e - 28004 Madrid

Tel : +34 91 837 78 50

www.buisinessfrance.fr

CCI FRANCE- ESPAGNE

Club d'entreprises favorisant les contacts entre entreprises espagnoles et françaises.

Cámara Franco-Española de Comercio e Industria

Sede Central C/ Joan Maragall, 38 - 4º - 28020 Madrid

Tél. 913 07 21 00

www.lachambre.es

CASA DE VELASQUEZ

A la fois un centre de création artistique et un centre de recherche, placé sous la tutelle du ministère de l'Enseignement supérieur et de la recherche.

C/ de Paul Guinard, 3 - 28040 Madrid

Tél. 914 55 15 80

www.casadevelazquez.org

CONSULAT DE FRANCE À MADRID

Vous venez d'arriver à Madrid et en Espagne, ayez le réflexe d'aller au Consulat pour vous inscrire sur le registre consulaire et les listes électorales.

Calle Marqués de la Ensenada, 10 - 28004 MADRID

Tél. : 91.700.78.00 - Fax : 91.700.78.01

www.consulfrance-madrid.org

DIALOGO

Association d'Amitié Franco-Espagnole qui promeut diverses activités interentreprises, culturelles, universitaires, scientifiques et informatives avec pour objectif de rapprocher les réalités de la France et de l'Espagne.

c/Doctor Castelő, 10 - 28009 Madrid

Tél. 915 59 72 77

www.dialogo.es

FRANCAIS DU MONDE - ADFE

Association Démocratique des Français à l'Étranger reconnue d'utilité publique.

www.francais-du-monde.org

MUJERES AVENIR

Association biculturelle, réseau de réseaux, qui vise à accroître la présence des femmes à tous les niveaux de décision, dans tous les secteurs d'activité. Nous organisons des rencontres qui permettent de renforcer les liens entre la France et l'Espagne par le biais de sujets variés, dans une optique de diversité.

C/Jerónimo de la Quintana 10, 28010 Madrid

www.mujaresavenir.com

UFE, Union des Français à l'Étranger

C/ Justiniano 4 - 1D - 28004 Madrid

Siège social : 91 308 09 30

Président : Francis HUSS ; Tél. 917 42 11 58 - 616 99 81 07 -

fhuss@ufe-espagne.com

www.ufe-espagne.com

S'INTÉGRER, C'EST FACILE !

« *lepetitjournal.com* entame une nouvelle ère »



@Vincent Garnier

A la tête de l'édition madrilène du site lepetitjournal.com depuis 13 ans, Vincent Garnier a pu observer l'évolution de l'expatriation en Espagne. Pour Madrid Accueil, il revient sur les grands changements intervenus au fil des ans ainsi que sur les nombreux projets de développement qui attendent la publication en ligne.

MA : Dans quelles circonstances vous êtes-vous installé en Espagne ?

VG : Après une formation en école de commerce, j'ai travaillé dans l'industrie et ai réalisé un voyage d'une année en Amérique du Sud. A mon retour en France, j'ai commencé à écrire des articles pour **Le Progrès de Lyon** à la pige. Avec mon épouse madrilène, nous avons ensuite fait le choix de déménager dans la capitale espagnole un peu par hasard.

J'ai eu la possibilité de reprendre la franchise de l'édition madrilène du site lepetitjournal.com en **2009**. Ce fut le début d'une aventure communautaire très semblable à une expérience de presse quotidienne régionale (PQR). C'est encore le cas aujourd'hui :

on continue à se faire l'écho d'initiatives très locales, de parcours atypiques et du dynamisme des institutions et des structures.

MA : Durant toutes ces années, comment a évolué, selon vous, la communauté expatriée ?

VG : Pendant très longtemps, l'Espagne a été au centre d'une expatriation traditionnelle où les entreprises envoyaient leurs cadres dirigeants à grands renforts de contrats juteux, en relatif décalage avec les niveaux de vie et de salaires espagnols. La génération Erasmus a ensuite pris le relais : les contrats locaux ont remplacé les contrats d'expatriation.

La pandémie de Covid-19 a marqué un coup d'arrêt assez brutal à l'arrivée d'expatriés.

Or, depuis un an et demi, on constate un retour des Français, souvent à l'initiative d'une nouvelle génération d'entrepreneurs qui choisissent de s'installer à Madrid, séduits par le **dynamisme** des affaires dans cette ville, par ses **connexions internationales** et son incroyable qualité de vie.

A l'heure actuelle, on dénombre plus de 90.000 personnes inscrites au Consulat à Madrid et à Barcelone.

MA : De quelle façon aidez-vous cette population à s'intégrer ?

VG : Notre activité journalistique consiste à apporter des clés de compréhension à destination de cette population expatriée. Nous les aidons en apportant un **éclairage** sur l'ensemble des questions pratiques qui se posent à leur arrivée : démarches administratives, fiscales, éducation ou encore logement... Notre deuxième axe d'intervention se porte sur l'aspect **communautaire**, et notamment sur les entreprises et la vie locale. Enfin, l'actualité reste évidemment au centre de notre **engagement éditorial**.



MA : Quels sont les projets de développement du Petit Journal ?

VG : Aujourd'hui, **lepetitjournal.com** s'appuie sur 71 éditions dans

le monde et quelque **2 millions de pages** vues tous les mois. Les quatre éditions espagnoles (**Madrid, Barcelone, Valence et Malaga**) concentrent à elles seules 300.000 pages mensuelles vues. L'un de nos projets sera de **développer notre audience** en essayant de continuer à répondre au mieux aux attentes de notre lectorat. Le projet de refonte de notre site Internet contribuera à cet objectif en permettant une **meilleure navigation** et donc une performance optimisée.

Le développement de l'**abonnement** reste aussi l'un de nos axes stratégiques : notre ambition est de multiplier le nombre de contenus premium – deux par semaine aujourd'hui- en apportant des **décryptages spécifiques** au monde de l'entreprise ou des clés de compréhension sur des **thématiques identifiées** (retraites, éducation, questions macro-économiques etc...). Dans le cadre de cette nouvelle étape, nous souhaitons impliquer plus étroitement notre **lectorat fidèle** à qui nous pourrions proposer, par exemple, de participer à nos **conférences de rédaction** ou à des événements exclusifs. En parallèle, nous souhaitons continuer à développer les **Trophées des Français d'Espagne**, qui font valoir tous les ans le talent de la communauté française installée dans le pays.

Enfin, notre dernier objectif est de poursuivre notre maillage sur le territoire espagnol en ouvrant de **nouvelles éditions** locales.

VIVRE MADRID

Madrid accueil a rencontré 2 françaises, installées à Madrid depuis quelques années. Elles nous partagent leur expérience et leur bons plans pour découvrir Madrid et ses alentours.



@VivreMadrid

MA : Pourriez-vous nous parler de votre expérience ?

A&E : Nous sommes **Alice et Emilie** et nous sommes arrivées toutes les deux la même année à Madrid, en 2018. Nous avons quitté Paris et Lille où nous occupions des postes dans le marketing pour commencer cette nouvelle vie à Madrid. Nous nous sommes rencontrées via la magie d'Instagram et de fil en aiguille nous avons eu l'envie de construire un projet professionnel commun. Nous étions toutes les deux en reconversion professionnelle suite à cette mobilité à l'étranger. Un véritable **challenge** dans l'expatriation !

MA : Comment est né le projet Vivre Madrid et quels en sont les objectifs ?

A&E : À notre arrivée, nous avons rapidement établi un constat

simple. Il était difficile de trouver des informations en français sur le processus d'installation à Madrid mais aussi sur les **idées sorties** à Madrid et dans les environs.

Nous avons donc décidé de créer un premier site dédié aux **familles**, étant nous-mêmes **mamans** de jeunes enfants. Peu de temps après, nous avons eu l'envie d'aller plus loin dans les contenus que nous proposons. Nous avons entendu parler du **réseau "Vivre à"**, franchise de sites Internet, et décidé de le rejoindre.

C'est ainsi que **Vivremadrid.com** est né avec une folle envie de partager nos **découvertes** et d'accompagner les francophones dans leur vie à Madrid.

À travers nos contenus gratuits et payants, nous informons notre **communauté**. Nous publions de façon **hebdomadaire** et partageons sur nos réseaux sociaux nos bonnes adresses, les événements à ne pas manquer, des visites et surtout **nos coups de cœur**.

MA : Pourriez-vous nous dévoiler vos projets ?

A&E : Nous avons toujours beaucoup de projets en tête ! Nous faisons le maximum pour les mener à bien et **mettre en lumière Madrid**. Nos projets sont toujours réalisés dans l'objectif de **faciliter les recherches** de nos lecteurs et de les informer, que ce soit pour ceux qui sont de passage **en Espagne** ou pour ceux qui résident à Madrid.

Récemment, nous avons eu à cœur d'aider davantage les francophones qui viennent s'installer à Madrid. Depuis le lancement de Vivre Madrid, nous avons tenté de répondre à leurs besoins par diverses ressources en ligne sur notre site. Désormais, nous allons plus loin en proposant un **"Welcome Kit - S'installer à Madrid"**.



C'est un ensemble de contenus **Clé en main** dont l'objectif est de répondre à des questions précises concernant entre autres, l'administratif, le logement ou le système scolaire. Ce **Welcome Kit** est aussi l'occasion de mettre en

contact les nouveaux arrivants avec des professionnels qui peuvent les accompagner dans les démarches une fois sur place.

Nous développons aussi en partenariat avec des guides **des visites guidées en français** de Madrid.

Pour compléter les articles disponibles sur le site, tout au long de l'année, nous mettons tout notre cœur pour étoffer notre proposition de **Ebooks disponibles** dans notre boutique en ligne. Nous avons commencé la "collection" avec un thème que nous affectionnons particulièrement : **les sorties autour de Madrid**.

Enfin bref, nous avons beaucoup d'idées en tête et une **belle motivation** ! Cela fait quatre ans que nous vivons à Madrid et nous découvrons sans cesse de nouvelles choses que nous souhaitons **partager**.

ANNONCES CONTENUS SPONSORISÉS



Homme – Femme – Enfant
Déplacement sur l'ensemble de Madrid
Utilisation exclusive de produits
à base d'huiles essentielles et végétales*

*sans ammoniac, sans parabène ni parfums synthétiques

Contact: (+34) 638 55 12 48 ou casamia.peluqueria@gmail.com
Consultation des prestations et tarifs sur www.casamia-48.webself.net
Retrouvez-moi également sur Facebook (@casamiapeluqueriamadrid)



PROGRAMME SUR MESURE :
SANTÉ/BIEN-ÊTRE, PERTE POIDS,
REMISE EN FORME, RENFORCEMENT
MUSCULAIRE,
PRÉPARATION OBJECTIF SPORTIF

HATHA ET VINYASA YOGA
MÉDITATION ET MINDFULNESS
PILATES, GYM. HYPOPRESSIVE
DANSE FITNESS
NUTRITION SPORTIVE

659 054 707

www.moncoachsportifmadrid.com



Maison de Paris

Salon de Coiffure et de Beauté Français

Calle de Castello 20, 28001 Madrid
+34 914 359 991
maisondeparis20@yahoo.com
www.maisondeparis20.com

[maisondeparis20](https://www.instagram.com/maisondeparis20)



Sonia Teixeira +34 676 16 49 24

[t.sonia.marykay
eclosion_madrid](https://www.instagram.com/t.sonia.marykay/eclosion_madrid)

TEAMBUILDINGS
BOXES PATISserie
ATELIERS
ADULTES/ENFANTS

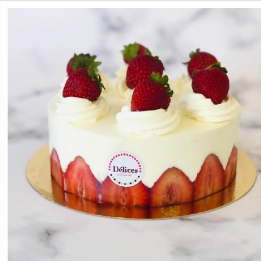
PRESENTIEL ET VIRTUEL
AVEC INGRÉDIENTS DE
PROXIMITÉ ET DE SAISON

Florence Elisabeth +34 699 061 681
hola@slowpastry.com

SLOW
PASTRY
MADRID



www.slowpastry.com



Délices
by Danielle Liu

Tel : 695 474 172

[@delicesbydanielleliu](https://www.instagram.com/delicesbydanielleliu)

www.delicesbydanielleliu.com

Calle Ntra. Sra.
de la Consolación, 1
Pozuelo de Alarcón, 28223

ANNONCES CONTENUS SPONSORISÉS

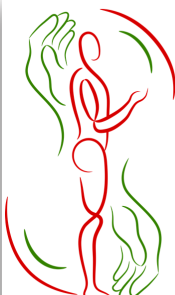
Immomadrid
VOTRE EXPERT FRANÇAIS
LOCATION ET ACHAT IMMOBILIER SUR MADRID

+34 639 39 17 64
www.immomadrid.es
info.immomadrid@gmail.com



Madrid Expat Services
Relocation Solutions

Marine Vanhagendoren
+34 689 15 86 11
marine@madrid-expat-services.com
www.madrid-expat-services.com



Maéva Gouget Guiral
Ostéopathe D.O.
Diplômée de l'Institut Supérieur d'Ostéopathie
De Lyon

Consultations à Domicile sur Madrid et
les environs

 +34 633 933 500
www.maevaosteopatamadrid.com

Rénald Grabinski

COACH
PRATICIEN EN HYPNOSE ÉRICKSONNIENNE
PRATICIEN EN RITMO (DÉRIVÉ DE L'EMDR)
PRATICIEN EN PNL
PRATICIEN EN EFT

Calle Coya, 110 - 28009 - Madrid
WhatsApp: + 34 606 749 848
info@renaldgrabinski.com
En cabinet ou en ligne
www.renaldgrabinski.com



Clélia Juneau
OSTÉOPATHE D.O.
Formée en France, diplômée de l'IdHEO Nantes

À domicile
ou
Calle Alcorisa 41
28043 Madrid



osteopata.juneau@gmail.com 622 27 88 55

<https://osteopatamadrid-juneau.com/>



Laurence Parnier
Psychologue Psychothérapeute
Colegiada en Madrid n° M-34343

THÉRAPIE EMDR

PSYCHOTHÉRAPIE DE L'ADULTE
THÉRAPIE ENFANTS ET ADOLESCENTS
HYPNOSE CLINIQUE ET THÉRAPIE INTÉGRATIVE

Calle Orfeo 6 28022 Madrid
Metro Torre Arias
629450275 (message ou vocal
whatsapp svp)
info@laurenceparnierpsicologa.com
www.laurenceparnierpsicologa.com

ANNONCES CONTENUS SPONSORISÉS

Gilles Huss et Vinofilia
Vous propose
Plus de 1500 références de vins français et champagnes



(Pour tous les budgets, toutes les occasions)
Evenements liés au vin : dégustation à domicile, etc...

Plus d'infos : 680.98.35.13 ou info@vinofilia.com



Cuando disfrutas con lo que haces se nota

**LUISA
FERNANDA**

Profesora de español

Luisafernandarg60@hotmail.com

609 832 885



La Voie du Shiatsu

Florence Valverde

Shiatsu - Réflexologie
Aromathérapie

Tel : +33 7 83 88 63 21

Madrid - Metro Lista



Qi Gong

Tai Chi

Méditation

zohraserra.com
618 248 864

Zohra Serra



**La santé par le
mouvement**

Almanach Madrid Accueil Première édition 2022-2023

Responsables de la publication et comité éditorial : Karine Gauthier, Evelyne Eyraud.

Conception et réalisation : Julie Zeitoun, Sacha Mallet.

Ont contribué à cette édition : Nathalie Bottinelli, Sophie Castelblanque, Stéphanie Salti, que nous remercions chaleureusement.

Publicité et sponsoring : Florence Valverde.

Nous remercions Nathalie Bami, Carine Even et l'ensemble du bureau Madrid Accueil pour leur collaboration active à la réussite de ce projet.

Merci à tous les bénévoles pour leur contribution active, merci de partager vos passions, vos talents, merci pour votre temps, merci pour votre fidélité.

Nous remercions Stéphanie Adelaïde, Alix Carnot, Martin Chénot, Vincent Garnier, Françoise Martínez de Velasco, Céline Quilichini, Alice et Emilie de Vivre Madrid pour leurs témoignages.

Merci à l'ensemble de nos annonceurs et partenaires pour leur confiance renouvelée.

2022

Juillet							Août							Septembre							Octobre							Novembre							Décembre																	
1 V							1 L										1 J							1 M	Toussaint	Fiesta de los Santos							1 J																			
2 S							2 M										2 V							2 M										2 V																		
3 D							3 M										3 S							3 J										3 S																		
4 L							4 J										4 D							4 V										4 D																		
5 M							5 V										5 L							5 S										5 L																		
6 M							6 S										6 M							6 D										6 M																		
7 J							7 D										7 M							7 L										7 M																		
8 V							8 L										8 J							8 M										8 J																		
9 S							9 M										9 V							9 M										9 V																		
10 D							10 M										10 S							10 J										10 S																		
11 L							11 J										11 D							11 M										11 D																		
12 M							12 V										12 L							12 M										12 S																		
13 M							13 S										13 M							13 J										13 D																		
14 J Fête Nationale							14 D										14 M							14 V										14 L																		
15 V							15 L	Assomption									15 J							15 S										15 M																		
16 S							16 M										16 V							16 D										16 M																		
17 D							17 M										17 S							17 L										17 J																		
18 L							18 J										18 D							18 M										18 V																		
19 M							19 V										19 L							19 M										19 S																		
20 M							20 S										20 M							20 J										20 D																		
21 J							21 D										21 M							21 V										21 L																		
22 V							22 L										22 J							22 S										22 M																		
23 S							23 M										23 V							23 D										23 M																		
24 D							24 M										24 S							24 L										24 J																		
25 L Santiago Apôstol							25 J										25 D							25 M										25 V																		
26 M							26 V										26 L							26 M										26 S																		
27 M							27 S										27 M							27 J										27 D																		
28 J							28 D										28 M							28 V										28 L																		
29 V							29 L										29 J							29 S										29 M																		
30 S							30 M										30 V							30 D										30 M																		
31 D							31 M																	31 L																												

France Zone A

France Zone B

France Zone C

Espagne

LFM

2023

Janvier			Février			Mars			Avril			Mai			Juin		
1 D	Jour de l'An	Año Nuevo	1 M			1 M		1 S				1 L	Fête du travail	Fiesta del Trabajo	1 J		
2 L			2 J			2 J		2 D				2 M	Fiesta de la Comunidad (Madrid)		2 V		
3 M			3 V			3 V		3 L				3 M			3 S		
4 M			4 S			4 S		4 M				4 J			4 D		
5 J			5 D			5 D		5 M				5 V			5 L		
6 V	Epiphanie du Seigneur		6 L			6 L		6 J	Jueves Santo			6 S			6 M		
7 S			7 M			7 M		7 V	Vendredi Santo			7 D			7 M		
8 D			8 M			8 M		8 S				8 L	Victoire 1945		8 J		
9 L			9 J			9 J		9 D	Domingo de la Resurrección			9 M			9 V		
10 M			10 V			10 V		10 L	Lundi de Pâques			10 M			10 S		
11 M			11 S			11 S		11 M				11 J			11 D		
12 J			12 D			12 D		12 M				12 V			12 L		
13 V			13 L			13 L		13 J				13 S			13 M		
14 S			14 M			14 M		14 V				14 D			14 M		
15 D			15 M			15 M		15 S				15 L			15 J		
16 L			16 J			16 J		16 D				16 M	Fiesta de San Isidro Laboral		16 V		
17 M			17 V			17 V		17 L				17 M			17 S		
18 M			18 S			18 S		18 M				18 J	Ascension		18 D		
19 J			19 D			19 D		19 M				19 V			19 L		
20 V			20 L			20 L		20 J				20 S			20 M		
21 S			21 M			21 M		21 V				21 D			21 M		
22 D			22 M			22 M		22 S				22 L			22 J		
23 L			23 J			23 J		23 D				23 M			23 V		
24 M			24 V			24 V		24 L				24 M			24 S		
25 M			25 S			25 S		25 M				25 J			25 D		
26 J			26 D			26 D		26 M				26 V			26 L		
27 V			27 L			27 L		27 J				27 S			27 M		
28 S			28 M			28 M		28 V				28 D			28 M		
29 D			29 M			29 M		29 S				29 L	Lundi de Pentecôte		29 J		
30 L			30 J			30 J		30 D				30 M			30 V		
31 M			31 V			31 V						31 M					

France Zone A

France Zone B

France Zone C

Espagne

LFM

NOTES

[illegible]

NOTES

[illegible]

NOTES

[illegible]

NOTES

[illegible]



RED DE METRO Y METRO LIGERO *Metro and Light Rail Network*

www.metromadrid.es



¿Necesitas ayuda?

Need help?



Personal de estaciones e interfonos

Staff and interphones



900 444 404

SIMBOLOGÍA Key

Estación accesible / ascensor

Step-free access / lift

Transbordo corto

Metro interchange

Transbordo largo

Metro interchanging with long walking distance

Cambio de tren

Change of trains

Metro Ligero

Light Rail

Cercanías

Suburban railway

Autobuses interurbanos

Suburban buses

Autobuses largo recorrido

Interregional bus station

Autobuses nocturnos

Night bus line terminal

Autobús exprés aeropuerto

Airport express bus

Estación de tren

Railway station

Aeropuerto / Airport

Aerodromo Suárez Madrid-Barajas

zona A

zona B1

zona B2

zona B3

zona B4

zona B5

zona B6

zona B7

zona B8

zona B9

zona B10

zona B11

zona B12

zona B13

zona B14

zona B15

zona B16

zona B17

zona B18

zona B19

zona B20

zona B21

zona B22

zona B23

zona B24

zona B25

zona B26

zona B27

zona B28

zona B29

zona B30

zona B31

zona B32

zona B33

zona B34

zona B35

zona B36

zona B37

zona B38

zona B39

zona B40

zona B41

zona B42

zona B43

zona B44

zona B45

zona B46

zona B47

zona B48

zona B49

zona B50

zona B51

zona B52

zona B53

zona B54

zona B55

zona B56

zona B57

zona B58

zona B59

zona B60

zona B61

zona B62

zona B63

zona B64

zona B65

zona B66

zona B67

zona B68

zona B69

zona B70

zona B71

zona B72

zona B73

zona B74

zona B75

zona B76

zona B77

zona B78

zona B79

zona B80

zona B81

zona B82

zona B83

zona B84

zona B85

zona B86

zona B87

zona B88

zona B89

zona B90

zona B91

zona B92

zona B93

zona B94

zona B95

zona B96

zona B97

zona B98

zona B99

zona B100

zona B101

zona B102

zona B103

zona B104

zona B105

zona B106

zona B107

zona B108

zona B109

zona B110

zona B111

zona B112

zona B113

zona B114

zona B115

zona B116

zona B117

zona B118

zona B119

zona B120

zona B121

zona B122

zona B123

zona B124

zona B125

zona B126

zona B127

zona B128

zona B129

zona B130

zona B131

zona B132

zona B133

zona B134

zona B135

zona B136

zona B137

zona B138

zona B139

zona B140

zona B141

zona B142

zona B143

zona B144

zona B145

zona B146

zona B147

zona B148

zona B149

zona B150

zona B151

zona B152

zona B153

zona B154

zona B155

zona B156

zona B157

zona B158

zona B159

zona B160

zona B161

zona B162

zona B163

zona B164

zona B165

zona B166

zona B167

zona B168

zona B169

zona B170

zona B171

zona B172

zona B173

zona B174

zona B175

zona B176

zona B177

zona B178

zona B179

zona B180

zona B181

zona B182

zona B183

zona B184

zona B185

zona B186

zona B187

zona B188

zona B189

zona B190

zona B191

zona B192

zona B193

zona B194

zona B195

zona B196

zona B197

zona B198

zona B199

zona B200

zona B201

zona B202

zona B203

zona B204

zona B205

zona B206

zona B207

zona B208

zona B209

zona B210

zona B211

zona B212

zona B213

zona B214

zona B215

zona B216

zona B217

zona B218

zona B219

zona B220

zona B221

zona B222

zona B223

zona B224

zona B225

zona B226

zona B227

zona B228

zona B229

zona B230

zona B231

zona B232

zona B233

zona B234

zona B235

zona B236

zona B237

zona B238

zona B239

zona B240

zona B241

zona B242

zona B243

zona B244

zona B245

zona B246

zona B247

zona B248

zona B249

zona B250

zona B251

zona B252

zona B253

Stress – Burn out – Bilan de compétences Bilan jeunes & motivation – Communication & conflits



**Vous êtes stressé.e ?
Vous êtes démotivé.e ?
Vous êtes fatigué.e et votre avenir est flou ?**

Bilan Motivation

Pour apprendre à reconnaître vos **forces**,
Comprendre ce qui vous **motive** et vous fait **avancer**,
... ou vous freine,
Prendre conscience de votre **potentiel**.

Carine Even

Coach professionnel
en français, espagnol, anglais
certifiée ANC & PNL



Starting kit offert :
scannez le QR code



ADAPTIS
Coaching

www.adaptiscoaching.com

