



samedi 1^{er} avril
au théâtre national de nice

DÈS 10H films, conférence culinaire, débats, juice bar,
ateliers enfants, projections - rencontres, yoga, etc.



04 93 13 19 00 |    tnn.fr
théâtre national de nice | promenade des arts - nice
centre dramatique national nice côte d'azur | direction irina brook



VILLE DE NICE

DÉPARTEMENT
DES ALPES-MARITIMES



tnn

dreampeople

3e Star

nice-matin

béti

SIRADA



réveillons
nous!



réveillons-nous ! revient avec le printemps

Venez vivre une nouvelle journée exceptionnelle au tnn samedi 1^{er} avril avec des personnalités "lanceurs d'alerte" en quête d'un monde meilleur, plus respectueux de l'humain et de la planète.

hall & restaurant le colibri 10h > 23h

10h > 17h dégustations, juice bar et découVerte sur les thèmes détox et éveil du printemps avec *La Nouvelle Herboristerie, Bejuice, Kalice, Le Colibri, Bioman, Heather Lounsbury, Les Jardins d'Alice, Artisans du Monde, Agribio 06, Synergie de la Transition Écologique et Citoyenne dans le 06, Collectif zéro déchet Nice, Potager En Ville, Les Senteurs du Claut, Glaces Christophe Sorba.*

10h > 12h ateliers de sensibilisation pour petits et grands.

▶ 10h préparation de **jus frais**, les essentiels du 'juicing' avec Barbara de *Bejuice* *

▶ 10h pour les enfants, fabrication de **biscuits bio** avec les cuisiniers du *Colibri* *

▶ 11h découverte de l'**aquaponie** avec *Potager En Ville*

▶ 11h café astuces autour du **jetable-durable** avec le *Collectif zéro déchet Nice*

* participation 5€, places limitées, réservation auprès d'Émilie du Colibri : 06 62 67 83 76

20h30 dîner bio et musical au Colibri

petite salle 10h > 20h

10h > 11h inspiration printanière ! cours de yoga avec **Yuko Harmegnies**, « *Le printemps est l'instant du renouveau. Venez célébrer cette saison en participant à ma séance de yoga printanier !* »

gratuit, places limitées – tenue confortable – rendez-vous 10 min. avant dans le hall

11h30 > 13h Jean Montagard, Chef renommé de la cuisine bio végétarienne, nous inspirera avec une délicieuse conférence-démonstration sur le thème des céréales.

participation 3€, réservation conseillée au 0493 13 19 00

14h > 16h projection du film **DES FEMMES ET DES HOMMES** (durée 52 min.) et rencontre. **Frédérique Bedos**, réalisatrice engagée et charismatique, nous présente son enquête passionnante sur la persistance des inégalités femmes-hommes à travers le monde.

participation 5€, réservation conseillée au 0493 13 19 00



17h > 20h projection du film **Qu'est-ce qu'on attend ?** (durée 119 min.) et rencontre. **Marie-Monique Robin** revient au tnn avec son dernier film, l'histoire d'une petite ville alsacienne en pleine transition écologique : joyeux exemple d'une utopie devenue réalité !

participation 5€, réservation conseillée au 0493 13 19 00



Découvrez les surprises végétales de David Violi.
Et bien sûr avec la participation de la troupe des Éclaireurs !

Et aussi... n'hésitez pas à traverser le parvis pour découvrir au MAMAC la rétrospective « Gustav Metzger – Remember Nature », artiste pionnier des années 1960 sur les questions environnementales.

PROGRAMME SOUS RÉSERVE DE MODIFICATIONS. RETROUVEZ TOUS LES DÉTAILS SUR TNN.FR