



U CURDELIN

LE MAGAZINE DE L'UNION DES FEMMES MONÉGASQUES

SEPTEMBRE 2025 - N° 17 - UFM



NOS RUBRIQUES

- 3 Mot de la présidente
- 13 Les bons plans de la médiathèque
- 16 Conseil National : 80 ans droits des femmes
- 21 Coup de cœur : Mairie Service des Séniors
- 22 Personnalité : Caroline Rougaignon-Vernin
- 26 Du côté des amis : La Goutte d'Eau
- 28 UFM : Elections 2026

SOUVENIRS, SOUVENIRS ...

- 4 Groupe de réflexion du 4 mars
- 5 Loto Bingo
- 6 Cordon d'Or
- 8 Sortie de Printemps
- 11 Happy Hour

À VENIR

- 33 Dates et horaires des permanences
- 34 Loto Bingo et Happy Hour
- 35 Apéro-débat autour du harcèlement
- 36 Déjeuner d'Automne
- 37 Et pendant ce temps, Simone veille !
- 38 Messe des Défunts
- 39 Visite guidée du Musée du Vieux Monaco
- 40 Paniers de Noël
- 41 A.G. avec élections puis Gâteau des Reines
- 42 Déplacement en Toscane
- 44 Demandez le programme !



Conseil d'Administration

Édité par :
Union des Femmes Monégasques
Directrice de la Publication :
Véronique de Millo Terrazzani
Dépôt légal :
Septembre 2025

- Présidente : Véronique de Millo Terrazzani
- Vice-Présidente : Claude Manzone
- Secrétaire Générale : Paula Spiliotis-Saquet
- Secrétaire Adjointe : Corinne Lorenzi
- Trésorière Générale : Olivia Rebuffel
- Trésorière Adjointe : Josselyne Bovini
- Conseillères : Valérie Barilaro, Audrey Cheynut, Béatrice Fresko-Rolfo, Brigitte Novaretti Dehaene, Dominique Salvo

Nous contacter

26, Quai Jean-Charles Rey 92.05.95.05 contact@ufm.mc www.ufm.mc Union.des.Femmes.Monégasques

LE MOT DE LA PRÉSIDENTE

Chère adhérente, Chère amie,

J'espère que votre été s'est déroulé sous le signe de la détente, des bains de mer et des glaces artisanales... sans avoir trop fondu sous le soleil !

Voici venu le temps de ranger les sandales, de ressortir l'agenda et de faire place à la rentrée, et quelle rentrée !

Cette nouvelle saison s'annonce bien remplie avec son lot de nouveautés et quelques petits changements à noter.

Première info à gribouiller sur vos jolis carnets : les permanences changent d'horaires (page 33).

Deuxième info, un seul moyen pour s'inscrire aux activités : venir directement lors des permanences des mardis 9 et 16 septembre, qui, pour l'occasion, joueront les prolongations de 13h30 à 19h. De quoi laisser à chacune le temps de passer après le travail, entre deux rendez-vous ou avant d'aller chercher les (petits) enfants.

Parmi les nouveautés de cette année, certaines de nos activités s'ouvrent également à toutes les femmes monégasques. Une décision du Conseil d'Administration pour faire connaître notre belle association au-delà de ses habituées et, qui sait, accueillir de nouveaux visages et de nouvelles idées autour de nos ateliers et événements.

Côté activités, nous vous avons concocté un programme riche, varié et plein de surprises... il y en aura pour tous les goûts et toutes les envies. Elles n'attendent plus que vous pour démarrer dans la bonne humeur et la convivialité qui font notre marque de fabrique.

Enfin, pour les plus curieuses, les ambitieuses ou simplement les motivées, vous trouverez dans ce numéro un dossier consacré aux prochaines élections du Conseil d'Administration. L'occasion de découvrir ce qui se cache vraiment derrière les réunions et les coups de téléphone de dernière minute ! Si l'idée de participer à l'aventure vous titille, n'hésitez pas à venir m'en parler — promis, je suis très abordable (surtout autour d'un café).

Je vous souhaite à toutes une excellente lecture et une rentrée pleine d'énergie et de sourires.

À très vite !

... et comme disaient nos anciens : "Fà e che devi, sücede e che pò"

Véronique

RETOURS SUR LE GROUPE DE RÉFLEXION

MARDI 4 MARS 2025

La Présidente et le Conseil d'Administration de l'UFM ont invité Marina Ceysac, Haut Commissaire à la Protection des Droits et à la Médiation et l'Association Mon'Arc en Ciel à une soirée d'échanges inédite !

À partir de cas concrets, nous avons abordé, ensemble, les défis juridiques et sociaux auxquels sont confrontées les personnes homosexuelles à Monaco.

Une très belle soirée avec des témoignages particulièrement émouvants.

Nous remercions Madame Marina Ceysac et les membres de l'Association Mon'Arc en Ciel pour leur participation.



Crédit Photos : UFM

RETOURS SUR LE LOTO BINGO

MARS, MAI ET JUIN 2025

Le Loto Bingo est incontestablement votre activité préférée !

C'est toujours l'occasion de passer un bon moment dans la joie et la bonne humeur.



Crédit Photos : UFM

RETOURS SUR LE DÎNER AU CORDON D'OR

JEUDI 24 AVRIL 2025

Une soirée de rêve !

Nous avons divinement bien mangé et nous remercions de tout coeur les équipes du Cordon d'Or qui font un travail remarquable.

Devant le succès rencontré, nous vous proposerons d'autres soirées dans les années à venir.

Nous vous proposons un petit échantillon pour vous donner l'eau à la bouche !



Crédit Photos : UFM

RETOURS SUR LE DÎNER AU CORDON D'OR

JEUDI 24 AVRIL 2025



Crédit Photos : UFM

RETOURS SUR LA SORTIE DE PRINTEMPS

MARDI 29 AVRIL 2025

Une sortie mémorable.

Nous avons débuté par un grand tour au marché de Lorgues. Un marché immense et magnifique. Nous en avons profité pour faire des emplettes principalement gourmandes.

Ensuite, nous avons déjeuné à la Table de Pôl où nous nous sommes régalinges.

Nous avons poursuivi par une visite guidée du Château Sainte Roseline et sa chapelle suivie d'une dégustation de vin.

Un moment absolument charmant dans un cadre bucolique et sous un magnifique soleil.



Crédit Photos : UFM

RETOURS SUR LA SORTIE DE PRINTEMPS

MARDI 29 AVRIL 2025



Crédit Photos : UFM

RETOURS SUR LA SORTIE DE PRINTEMPS

MARDI 29 AVRIL 2025



Crédit Photos : UFM

RETOURS SUR LE HAPPY HOUR

MARDI 10 JUIN 2025

Notre Happy Hour s'est une fois de plus déroulé dans la joie et la bonne humeur !

Entre éclats de rire, discussions animées et verres levés, chacune a profité de ce moment convivial. Et comme à notre habitude, la soirée s'est prolongée à refaire le monde, entre idées folles et débats passionnés.

Vivement le prochain le 7 octobre !



Crédit Photos : UFM

RETOURS SUR LE HAPPY HOUR

MARDI 10 JUIN 2025



Crédit Photos : UFM

La Médiathèque se veut avant tout un espace convivial d'échange, de découverte et de partage. Lieu de travail, de ressources, de détente, de rencontres et d'activités culturelles, la Médiathèque s'adresse à tous les publics autant dans ses collections que dans ses actions.

Elle se compose d'une bibliothèque adulte, d'une bibliothèque jeunesse, d'une vidéothèque, d'une sonothèque, d'une ludothèque et propose un important fonds documentaire aux supports variés. Au-delà des documents physiques, le site Internet de la Médiathèque permet également l'accès à plusieurs ressources numériques (presse en ligne, films à la demande, ebooks, autoformation en ligne...)

En plus de ses missions de prêts de documents, d'information, d'apprentissage tout au long de la vie, la Médiathèque propose des services, facilite l'accès à la diversité culturelle et favorise les échanges intergénérationnels.

Tel : +377 93 15 29 40 - Courriel : mediatheque@mairie.mc - www.mediatheque.mc

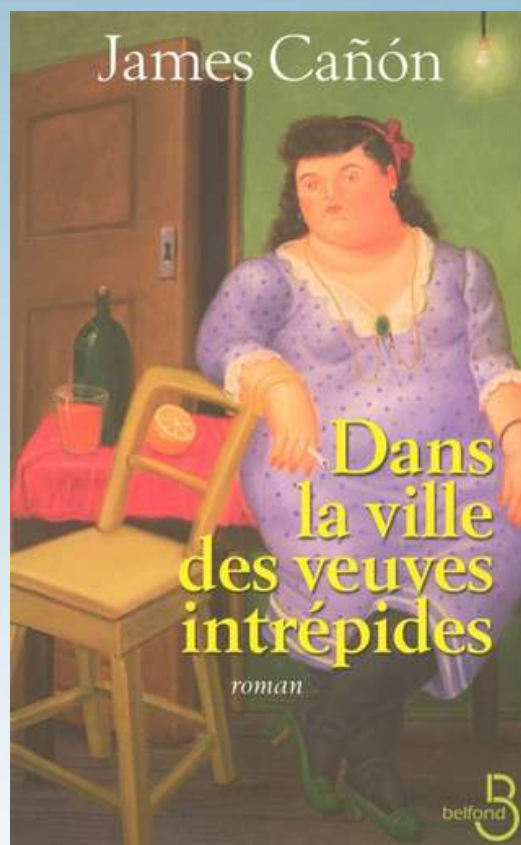
L'inscription est gratuite pour tous depuis le mois de janvier 2025

James Cañón,
Dans la ville des veuves intrépides

Ce premier roman d'un auteur colombien raconte l'histoire d'un village où tous les hommes ont été enlevés par des guérilleros, laissant les femmes livrées à elles-mêmes. Autrefois rabaissées à des corvées domestiques et soumises à un modèle patriarcal, celles-ci vont révéler leur personnalité haute en couleur !

Avec le réalisme magique cher aux auteurs latino-américains et un humour ravageur, James Cañón introduit une galerie de personnages féminins extravagants qui parviennent à instaurer un climat d'égalité, de tolérance et d'amour, en opposition à la violence masculine ambiante.

Une lecture qui allie le divertissement et une réflexion critique sur la politique, la religion et les traditions.





LE SAVIEZ-VOUS ?

Parmi les nombreux services proposés par la Médiathèque de Monaco, il en est un qui donne accès gratuitement à une multitude de contenus numériques inclus dans votre abonnement :

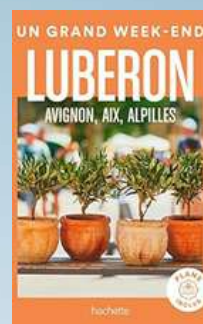
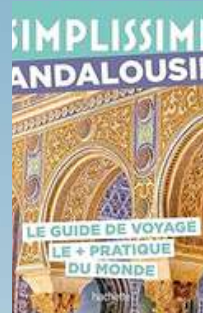
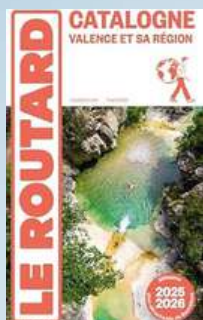
Cafeyn : parcourez la presse, lisez vos magazines préférés n'importe où, n'importe quand sur place ou depuis chez vous, accédez à plus de 1800 titres dont le quotidien local Monaco Matin.	
	Arte Médiathèque Numérique : plusieurs milliers de films, séries et documentaires emblématiques du cinéma indépendant classique et contemporain sur PC, tablettes et smartphones.
Philharmonie de Paris à la demande : explorez la musique de chez vous et découvrez plus de 50 000 références en ligne : concerts audio et vidéo, documentaires.	
	Toutapprendre : une offre de formation en langues étrangères, bureautique et multimédia, permis auto/bateau, développement personnel, bien-être. Toutapprendre c'est aussi des e-books et livres-audio numériques, des BD & mangas, des podcasts, afin d'assouvir votre soif de connaissances et de loisirs.
BiblioAccess by Numilog : des livres numériques à télécharger sur tablettes, liseuses, ordinateurs ou smartphones pour lire en toute liberté !	
	Assimil : la célèbre et fameuse méthode disponible en version numérique permet d'apprendre toutes les langues de manière intuitive et progressive.

LES "BONS PLANS" DE LA MÉDIATHÈQUE



Médiathèque
de Monaco

FOCUS SUR : LES GUIDES DE VOYAGE



"VOYAGEZ LÉGER AVEC NOS GUIDES NUMÉRIQUES !"

Envie de partir à l'aventure sans alourdir vos valises ?

Transformez une simple escapade en expérience enrichissante.

Découvrez une sélection de guides de voyage 100% numériques, accessibles gratuitement avec votre carte de médiathèque !

Explorez :

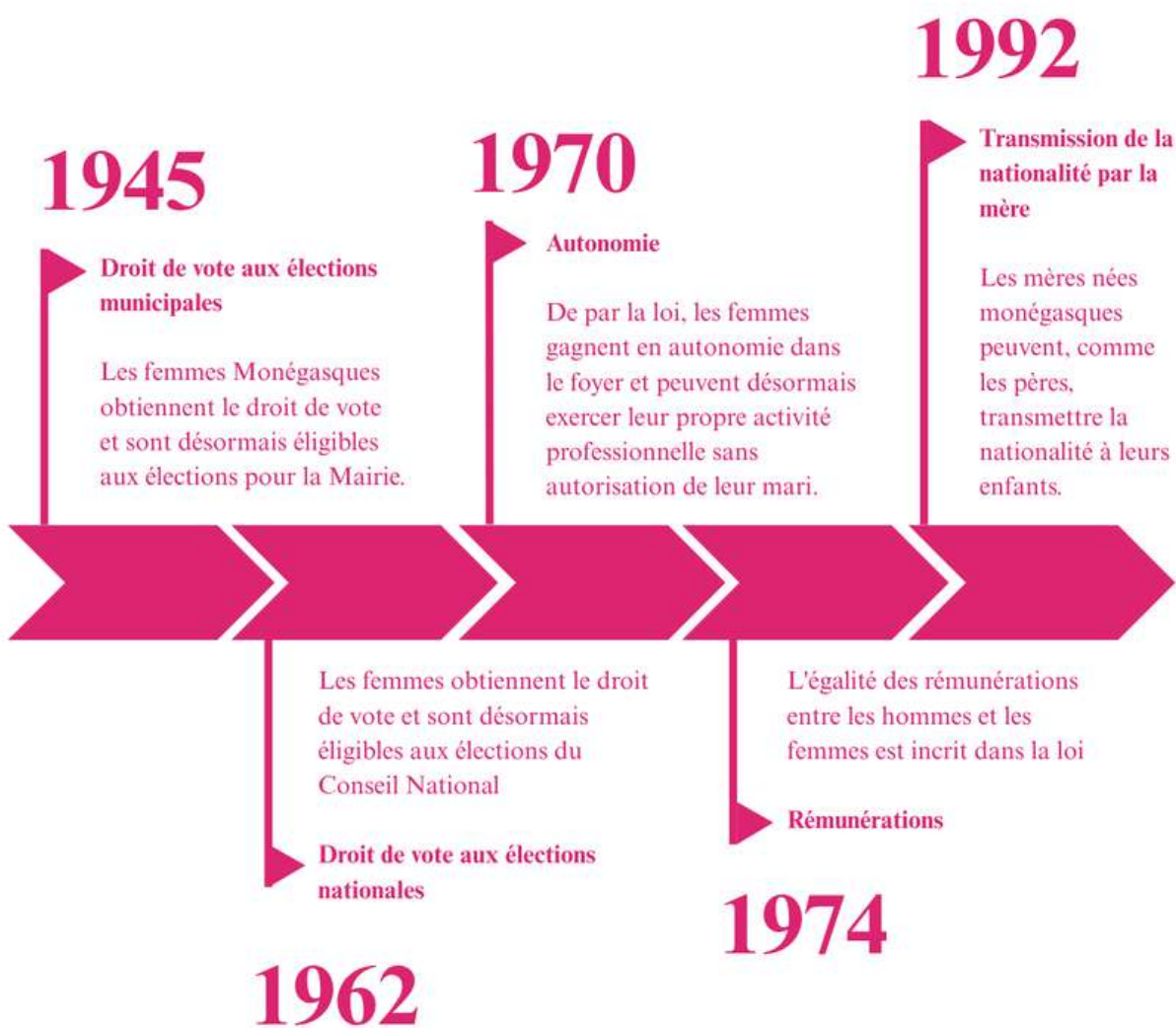
- Les incontournables de plus de 30 destinations (Petit Futé, Guide du Routard, Un grand week-end, ...)
- Des cartes et plans de ville
- Des conseils pratiques (hébergement, transports, restos, culture...)

Comment y accéder ?

- Connectez-vous sur www.mediathèque.mc
- Sélectionnez votre destination dans le catalogue de la médiathèque ou cliquez directement sur l'onglet « ressources numériques » choisissez la bibliothèque numérique « Numilog », faites votre choix dans le catalogue de cette plateforme.
- Téléchargez ou consultez en ligne sur tablette ou PC

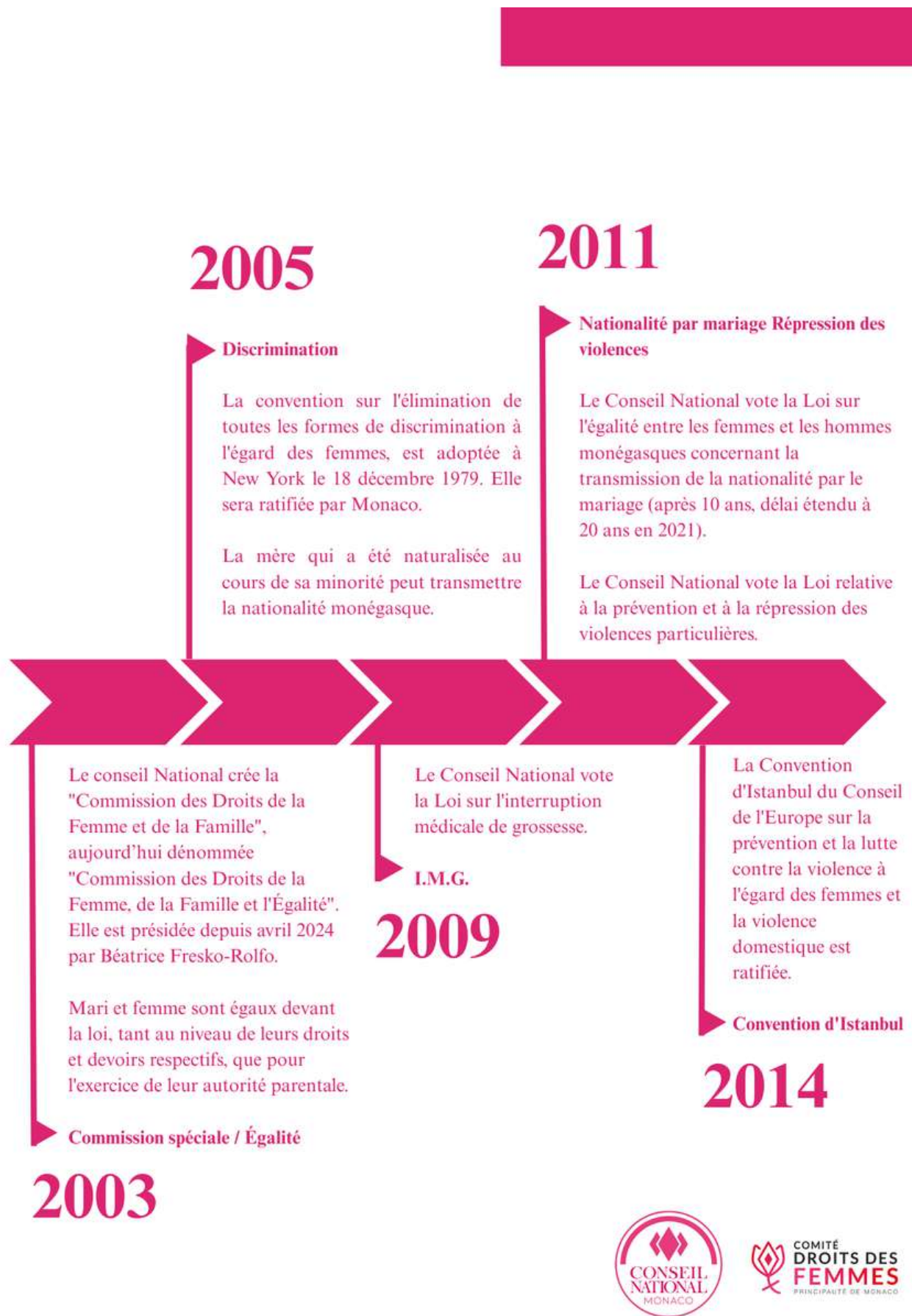
CONSEIL NATIONAL

80 ANS DE DROIT DES FEMMES



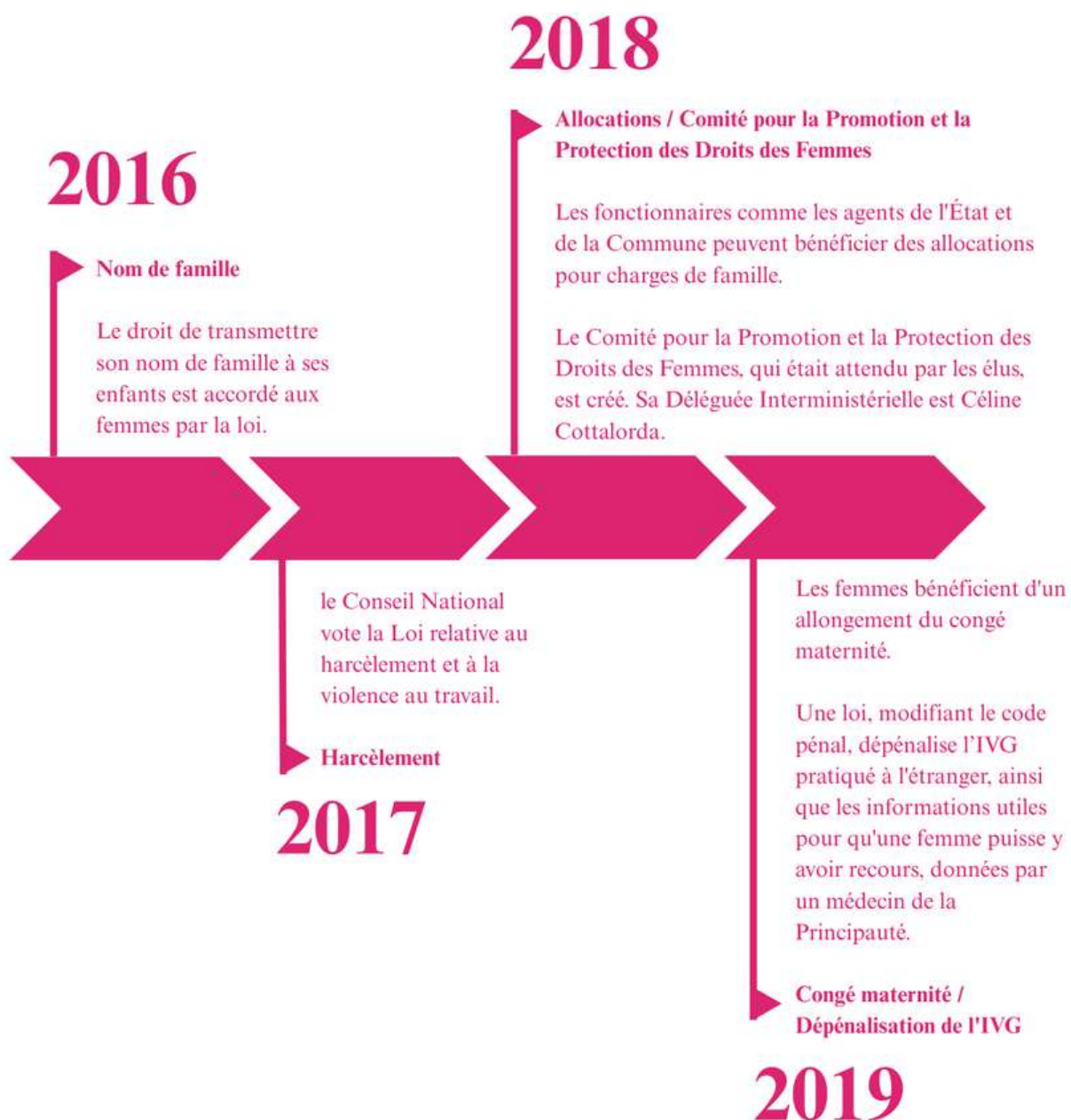
CONSEIL NATIONAL

80 ANS DE DROIT DES FEMMES



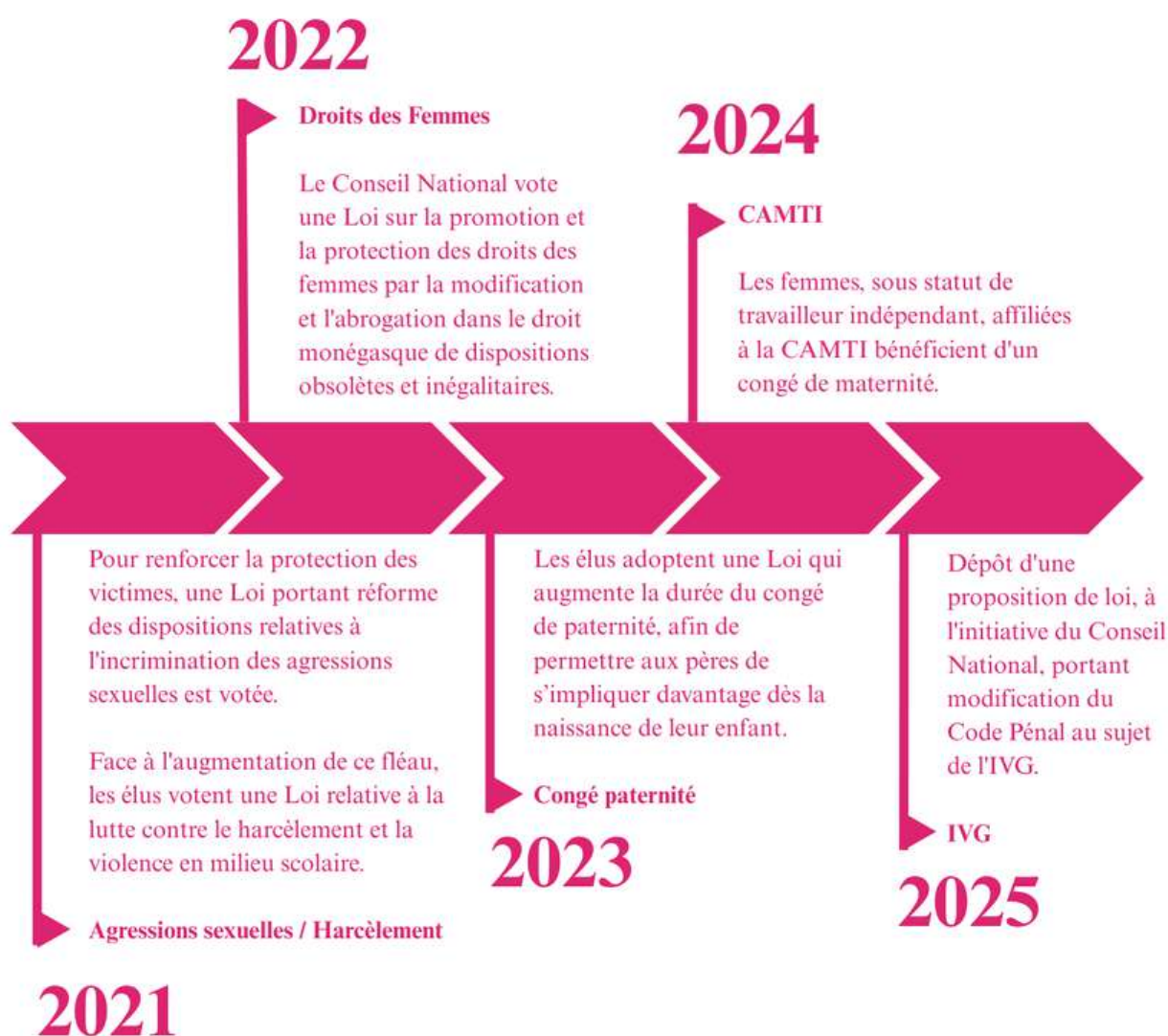
CONSEIL NATIONAL

80 ANS DE DROIT DES FEMMES



CONSEIL NATIONAL

80 ANS DE DROIT DES FEMMES



CONSEIL NATIONAL

80 ANS DE DROIT DES FEMMES

80 ans D'HISTOIRE

À l'occasion du 8 mars 2025, Journée internationale des droits des femmes, une frise chronologique inédite retraçant 80 ans de lutte et de conquêtes pour les droits des femmes à Monaco, a été dévoilée sous la verrière du Conseil National.

Cette frise décrit, de 1945 à aujourd'hui, les grandes étapes des avancées législatives, sociales et politiques en faveur des droits des femmes en Principauté – un combat collectif et progressiste, mené avec constance, détermination et courage.



Des premiers droits civiques à la transmission de la nationalité, de l'autorité parentale conjointe à la lutte contre les violences, cette frise rappelle combien rien n'a jamais été donné, et combien chaque progrès est le fruit d'un engagement unanime.

Elle honore aussi celles et ceux, qui comme Louis Aureglia ou les associations comme l'Union des Femmes Monégasques, ont contribué à ces avancées. Chaque date symbolise une progression, une brèche dans le mur des inégalités.

« Je peux garantir aux femmes monégasques, résidentes et pendulaires que les élus œuvrent pour que la justice ne reste pas aveugle face aux violences et aux discriminations. »

Ces mots, prononcés par Béatrice Fresko-Rolfo lors du concours d'éloquence organisé au Conseil National en partenariat avec le Comité pour la promotion et la protection des droits des femmes, témoignent de la volonté politique claire de transformer les promesses d'égalité en réalités concrètes.

Et cette volonté continue de s'exprimer concrètement ! Le 15 mai dernier, le Conseil National, à travers ses élus, a adopté la proposition de loi tendant à dépénaliser complètement l'interruption volontaire de grossesse en Principauté.

Et à Béatrice Fresko Rolfo de conclure « Je fais confiance aux hommes et aux femmes qui soutiennent ces avancées aujourd'hui, et à celles et ceux qui poursuivront ce combat demain. »

COUPS DE ♥ DE L'UFM

MAIRIE - SERVICE DES SÉNIORS

Cette rubrique permet de vous parler de nos petites astuces, de nos "bons plans", de tout ce que nous aimons dans notre si belle Principauté.

Le Service des Seniors et de l'Action Sociale de la Mairie met en place de nombreux services.

Dans ce numéro, nous partons à la découverte des 3 services "SOS".



SOS BRICOLAGE

Vous avez deux mains gauches ?

Les bénéficiaires des prestations de l'Aide à Domicile peuvent bénéficier, gratuitement, de la réalisation de petits travaux de bricolage à domicile.

SOS ADMINISTRATIF

La paperasse ce n'est pas votre truc ?

Le Service des Seniors et de l'Action Sociale tient une permanence pour vous aider à rédiger vos documents administratifs.

Tous les mardis de 9h à 12h et tous les jeudis de 14h à 16h30.

Ce service est destiné aux monégasques et aux résidents de plus de 60 ans.



SOS MULTICOURSES

Vous avez du mal à vous déplacer ?

Cette prestation a pour objectif de réaliser, pour le compte des bénéficiaires, divers achats, livraisons ainsi que des démarches administratives.

Ce service est exclusivement destiné aux bénéficiaires de l'Aide à Domicile relevant du Service des Seniors et de l'Action Sociale de la Mairie de Monaco.

RENCONTRE AVEC ...

Caroline ROUGAIGNON-VERNIN

Cette rubrique a pour objectif de vous présenter des personnalités féminines monégasques. Elles sont nombreuses. Nous admirons ces femmes pour leur parcours, leur carrière, leurs valeurs. Nous pensons qu'il est important de souligner leur travail et l'énergie qu'elles mettent à accomplir leurs missions. Nous espérons qu'elles puissent être une source d'inspiration pour nos adhérentes, leurs filles et petites-filles. Nous les remercions d'avoir accepté de répondre à nos questions.

Ce numéro est consacré à Caroline Rougaignon-Vernin, Présidente du Conseil Economique, Social et Environnemental. Une jeune femme au parcours impressionnant. Cet article vous permettra de mieux la connaître.

Bonjour Madame, je vous remercie d'avoir accepté cet entretien.

Pourquoi le monde de la pharmacie a-t-il toujours été une évidence pour vous ? Comment avez-vous choisi de vous orienter vers l'industrie et la recherche, plutôt que vers les officines ?

Comme vous le savez, j'ai grandi à l'époque où mon père développait le laboratoire THERAMEX, qui a connu une croissance exponentielle, employant jusqu'à 300 salariés en Principauté dans les années 80. Pour moi, et dès ma plus tendre enfance, les mots Travail, ou Bureau, signifiaient « l'invention », et la fabrication de médicaments, pour soigner les gens.

J'étais donc inconsciemment prédisposée à faire des études de pharmacie, et je ne crois pas avoir jamais envisagé de faire un autre métier. Puis mes stages et premières expériences professionnelles, m'ont plongée dans l'industrie pharmaceutique, ce qui m'a permis de comprendre, que cette industrie passionnante comportait toutes les problématiques classiques de l'industrie auxquels s'ajoutaient toutes les contraintes et exigences de qualité liées au médicament. J'ai également pu découvrir que les médicaments sont le résultat d'un long processus de recherche et de développement et qu'ils sont nécessairement intégrés dans un monde de commerce et d'échanges. Comme j'avais fraîchement validé un master en management médical à l'ESCP, j'étais prête à participer à des campagnes promotionnelles, avec des nouvelles méthodes de marketing.

J'ai ainsi eu la chance de promouvoir pour le groupe LILLY, le PROZAC, à l'époque où ce médicament a explosé, devenant une référence pour le traitement des syndromes anxio-lytiques.



Crédit Photos : Philippe Fitte

J'aime raconter une anecdote sur cet anti-dépresseur que j'ai présenté des milliers de fois : Je l'ai toujours conseillé, sans pourtant l'avoir jamais avoir essayé, pas même une seule gélule, alors que des millions de personnes en consommaient quotidiennement. J'ai aussi participé au lancement d'autres médicaments, toujours pour LILLY, jusqu'à ce que j'intègre logiquement l'entreprise familiale.

RENCONTRE AVEC ...

Caroline ROUGAIGNON-VERNIN

Dans quels domaines avez-vous développé des médicaments ?

Chez THERAMEX, nous étions centrés sur des traitements dédiés aux femmes, dans le domaine de l'hormonothérapie, la contraception, la ménopause, l'ostéoporose. Nous avons lancé de nombreux médicaments, répondant à des besoins qui n'étaient pas beaucoup couverts auparavant, alors qu'ils sont très importants pour la santé des femmes. En parallèle j'ai développé une division nouvelle, dénommée QUALIFEMME, proposant des compléments alimentaires et des crèmes à base de plantes destinés à améliorer le bien-être et la qualité de vie des femmes.

Lorsque nous avons vendu le laboratoire THERAMEX au groupe MERCK, (qui l'a ensuite revendu à TEVA), j'ai créé mon propre laboratoire, à Monaco, R & D PHARMA. J'ai développé divers médicaments dans ce cadre, et comme c'était une petite structure, en comparaison de THERAMEX, cela m'a permis, de connaître toutes les expériences et contraintes du chef d'entreprise, devant tout traiter au quotidien.

En revanche, je n'ai pas souhaité me relancer dans un défi entrepreneurial d'envergure, ni repartir sur des développements cliniques qui prennent plusieurs années, et c'est pourquoi, j'ai finalement décidé de me séparer de la structure R & D PHARMA.

Mais, vous n'avez pas abandonné la profession, car vous avez présidé le Conseil de l'Ordre des Pharmaciens de 2011 à 2024 ?

C'est exact, mais les missions sont très différentes, d'abord parce que l'activité industrielle que je connaissais, ne regroupe qu'une partie des membres de l'Ordre, sachant que la branche des officines est bien sur la plus représentée, qu'il y a une section pour les laboratoires d'analyses médicales et que l'activité hospitalière est également très importante.

Je confirme que ce fut une expérience enrichissante, mais extrêmement chronophage, car le président de l'Ordre est confronté chaque jour à de nombreuses questions, que ce soit sur le plan de l'organisation des activités en Principauté, des questions réglementaires, des relations avec les autorités monégasques et françaises, ou des actions disciplinaires. Le point d'orgue de mon mandat fut bien sûr le Covid, avec la gestion des nouvelles problématiques, masques, tests, vaccins. Sur ce point je tiens à souligner que tous les acteurs de la pharmacie en Principauté ont été exemplaires. Enfin après 15 années d'investissements, j'ai préféré passer la main à Clément FERRY, qui s'est totalement investi au sein de l'Ordre. Je commençais pour ma part à être un peu trop débordée, car comme vous le savez j'ai reçu de nouvelles missions.



Crédit Photos : Direction de la Communication

RENCONTRE AVEC ...

Caroline ROUGAIGNON-VERNIN

Oui effectivement, vous vous êtes lancée en politique, et vous avez commencé par un mandat de conseiller national de 2013 à 2017. Parlez-moi de cette expérience

C'est au Conseil National que j'ai compris le fonctionnement de nos Institutions et que j'ai entrevu les moyens d'être utile pour mon pays. Comme je le dis souvent, les acteurs politiques, ont un vrai rôle, dans un petit pays, et leurs décisions sont en général suivies d'effet. Ce fut donc une immense satisfaction de participer directement à l'élaboration et au vote de nos textes de loi, en collaboration avec le Gouvernement de Notre Souverain.

Cette expérience a joué un rôle déterminant dans l'évolution de mon engagement politique, en m'offrant une compréhension approfondie du fonctionnement des institutions nationales ainsi que la connaissance des principaux acteurs économiques de notre pays.



Crédit Photos : Philippe Fitte

En quelque sorte, cela vous a préparé pour le Conseil Economique et Social ? Parlez-moi de cette assemblée que vous présidez depuis 2018.

Mon travail au Conseil Economique, Social et Environnemental est passionnant. Comme il s'agit d'une assemblée consultative, nous pouvons prendre le temps de réfléchir concernant des évolutions à moyen terme, et de débattre, afin de proposer des vœux à nos gouvernants, sans la pression de l'efficacité instantanée. Cela dit nous sommes aussi confrontés à l'urgence, car nous sommes consultés par le Gouvernement, ou le Conseil National, sur la plupart des textes législatifs en préparation.

Le caractère paritaire de l'Institution, avec des représentants des chefs d'entreprise, qui discutent avec des représentants des syndicats de salariés, permet de vrais débats autour des questions économiques et sociales.

Nous avons également un troisième collège composé de représentants de la société civile, et nous bénéficions d'une grande diversité, car cette assemblée n'accueille pas seulement des monégasques, mais des conseillers de toutes nationalités, nous apportant leur expérience professionnelle dans de nombreux domaines.

L'expertise de nos membres est réellement profitable, et je suis très satisfaite des contributions que nous apportons à nos gouvernants.

Sur un plan personnel, la présidence du CESE, me permet de participer à de nombreuses institutions telles que l'IMSEE ou le Conseil Stratégique pour l'Attractivité, ce qui me plonge un peu plus au cœur de la vie économique du pays.

Vous êtes également présidente du Conseil d'Administration du CHPG. Dites-nous quel est votre rôle au sein de l'hôpital.

Je préside les réunions du Conseil, mais je ne gère pas l'hôpital au quotidien, et je n'ai d'ailleurs pas de fonctions exécutives.

Il s'agit plutôt d'un rôle institutionnel, qui me permet néanmoins d'intervenir dans de nombreuses instances et commissions, d'orientation ou de contrôle.

RENCONTRE AVEC ...

Caroline ROUGAIGNON-VERNIN

Je travaille dans ce contexte, en pleine concertation, avec Madame de SEVELINGES, directrice générale, et sous l'autorité de Monsieur ROBINO, Conseiller de Gouvernement - Ministre pour la santé et les affaires sociales.

Mon expérience dans le domaine de la santé me permet d'apporter une contribution ou un avis sur les dossiers principaux, et d'avoir d'excellents contacts avec les médecins et les personnels soignants.

Je reconnais en revanche que la mission est très prenante, et nécessite une présence régulière, y compris pour un rôle de représentation. Tout cela ne va pas ralentir, à l'approche de la mise en service du nouveau CHPG.

Cela fait énormément d'activités, comment arrivez-vous à tout mener de front ? Et parvenez-vous à conserver des activités de loisirs ? Avez-vous une passion (sport, autre, ...) ?

Vous avez oublié d'importantes missions, qui monopolisent mes derniers instants, et qui sont toutes passionnantes, car elles me font intervenir dans des domaines différents. Je siége d'abord au Conseil d'administration d'une banque monégasque, ce qui me maintient en contact avec les marchés et les activités financières. J'ai ensuite eu la chance d'être choisie comme administrateur d'entreprises qui sont très importantes pour la principauté, comme la SBM, ou le Grimaldi forum. Avec ces missions j'ai l'impression de participer à de grands projets utiles et structurants.

Vous ne répondez pas sur les loisirs ?

Vous ne le croirez pas, mais je nage tous les jours 30 à 45 minutes, rarement à la même heure car je file à la piscine dès que mon emploi du temps me le permet, entre deux réunions !

Ensuite j'arrive encore à peu près à profiter des week-ends, et j'aime bien partir à la montagne ou à la campagne, pour faire du sport et me reposer.

Ma question « féministe » pour terminer : est-ce que le fait d'être une femme vous a posé un problème à un moment où à un autre ? Ou est-ce que ce fut un atout ?

Bien sûr chaque expérience est différente, et certaines institutions sont plus habituées que d'autres à voir une femme aux commandes. Ne croyez pas toutefois que Monaco n'est pas un pays moderne.

Le brassage des cultures et des nationalités a produit son œuvre depuis longtemps, et les entreprises monégasques sont performantes et sensibles aux questions de parité et de gouvernance. Tellement sensibles, que la recherche d'une certaine forme de parité, a sans doute pu m'avantager dans quelques situations. On recherchait une femme, et j'étais disponible !

Je vous remercie infiniment pour le temps que vous avez bien voulu nous consacrer. Votre parcours est brillant et j'espère qu'il sera une source d'inspiration pour toutes.



Crédit Photos : Studio67

DU COTÉ DES AMIS

LA GOUTTE D'EAU

Le Conseil d'Administration a souhaité consacrer une rubrique aux autres associations de la Principauté en leur offrant une vitrine pour leur permettre de parler de leurs activités, de leur actualité ... sous la forme d'un amical clin d'œil.

Ce numéro est consacré à l'Association “La Goutte d'Eau”.

L'association “la Goutte d'Eau” a pour vocation de soutenir le bien-être des enfants malades, en situation de handicap ou issus de milieux défavorisés, résidant en Principauté de Monaco et dans le département des Alpes-Maritimes. Son action intervient en complément ou en relais des Caisses sociales, lorsque celles-ci refusent une prise en charge, après examen attentif des dossiers.

Elle collabore étroitement avec les assistantes sociales :

- du Centre Hospitalier Princesse Grace (avec lequel une convention de partenariat a été signée),
- des Caisses Sociales de Monaco,
- ainsi que des établissements scolaires de la Principauté, qui lui transmettent des situations nécessitant un soutien.

Par ailleurs, l'association reste attentive à certaines situations particulières. À titre d'exemple, elle accompagne depuis plusieurs années une jeune fille pour le financement de ses équipements spécifiques non pris en charge.



DU COTÉ DES AMIS

LA GOUTTE D'EAU

Depuis de nombreuses années, l'association bénéficie du soutien fidèle de ses sponsors.

Parallèlement, elle confectionne tout au long de l'année des décorations de Noël, mises en vente au marché de la Condamine.

Les recettes servent À FINANCER intégralement leurs actions !

Vous pourrez les retrouver au marché du 27 au 30 novembre et, dans la galerie du Centre Commercial de Fontvieille, le jeudi 4 décembre.

N'hésitez pas à venir nombreuses pour les soutenir !



LA GOUTTE D'EAU ASSOCIATION MONÉGASQUE

LES DOSSIERS DE L'UFM : ÉLECTIONS 2026

Lors de la prochaine Assemblée Générale (début 2026), un nouveau Conseil d'Administration sera élu.

Ce mandat (2026/2029) permettra de fêter les 70 ans de l'UFM en 2028.

Pour permettre aux adhérentes qui auraient envie de s'impliquer et de donner de leur temps pour cette magnifique association, nous vous présentons dans les pages suivantes, une vision précise des postes à pourvoir et des implications qu'ils supposent.

Si vous êtes intéressée par un ou plusieurs postes, nous vous remercions de contacter la Présidente (presidente@ufm.mc ou 92 05 95 05)

Ensemble du Conseil d'Administration

- Avoir envie de s'impliquer et de participer au développement de l'UFM.
- Etre une source de propositions.
- Participer aux réunions du Conseil d'Administration (en moyenne 2/an).
- Etre présente, dans la mesure du possible, aux activités annuelles liées à la cause des femmes :
 - Semaine du 8 mars (Journée Internationale des Droits des Femmes),
 - Semaine du 25 novembre (Journée Internationale contre les Violences faites aux Femmes).
- Pour celles qui le peuvent : assurer la permanence du mardi pour les adhérentes.
- Participer aux activités les plus importantes en fonction de vos possibilités.



LES DOSSIERS DE L'UFM : ÉLECTIONS 2026

Classement/Courrier : 1 personne

Rôle

- Prendre en charge le classement, l'archivage, la numérisation et l'enregistrement du courrier.
- Difficulté : Cette mission a été partiellement réalisée. Il sera nécessaire de la reprendre et de définir des process rationnels. Il faudra numériser les anciens courriers les plus importants (4 classeurs).
- Transmettre les documents numérisés aux différentes responsables.

Intensité de la charge de travail

- Démarrage : Lourde. Il faudra prévoir plusieurs mois pour mener à bien cette mission.
- Ensuite : Raisonnable. Nous recevons peu de courrier.

Particularités/Compétences

- Mission obligatoirement effectuée au siège social.
- Être à l'aise avec l'informatique et s'y connaître en archivage.
- Horaires libres.



Site Internet 1 personne

Rôle

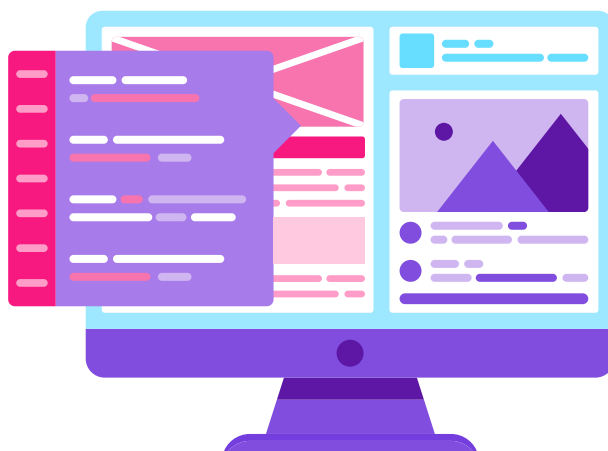
- Moderniser notre site Internet (design et fond) : 1 fois par mandat.
- Assurer la maintenance du site.
- Mettre à jour les informations 2 fois par an.

Intensité de la charge de travail

- Légère

Particularités/Compétences

- Aucune présence obligatoire au siège social.
- Avoir des notions de base en programmation ou être prête à se former sur Wix.
- Horaires libres.



LES DOSSIERS DE L'UFM : ÉLECTIONS 2026

International/CIF - CECIF 1 personne

Rôle

- Assumer pleinement les fonctions de l'UFM au sein du CIF/CECIF en particulier assister aux Assemblées Générales annuelles à l'étranger.
- Etre force de propositions.
- Intégrer leur "Conseil des Jeunes".
- Organiser une nouvelle Assemblée Générale à Monaco.

Intensité de la charge de travail

- Importante.

Particularités/Compétences

- Aucune présence obligatoire au siège social.
- Avoir moins de 40 ans.
- Parler anglais couramment.
- Pouvoir se déplacer et voyager.
- Horaires libres.



Community Manager 1 personne

Rôle

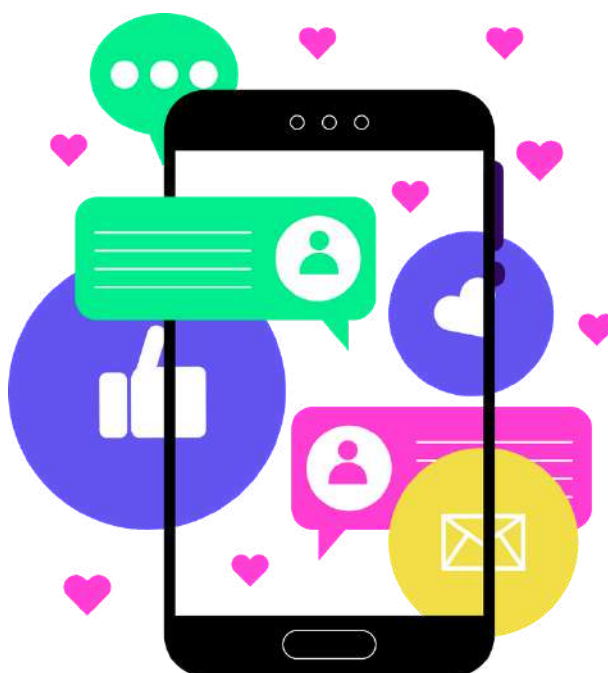
- Définir un plan de communication.
- Assurer la visibilité de l'UFM sur les réseaux sociaux.
- Développer notre présence au-delà de Facebook et Instagram.

Intensité de la charge de travail

- Légère.

Particularités/Compétences

- Aucune présence obligatoire au siège social.
- Avoir une formation en Information/Communication.
- Horaires libres.



LES DOSSIERS DE L'UFM :

ÉLECTIONS 2026

Curdelin **1 personne**

Rôle

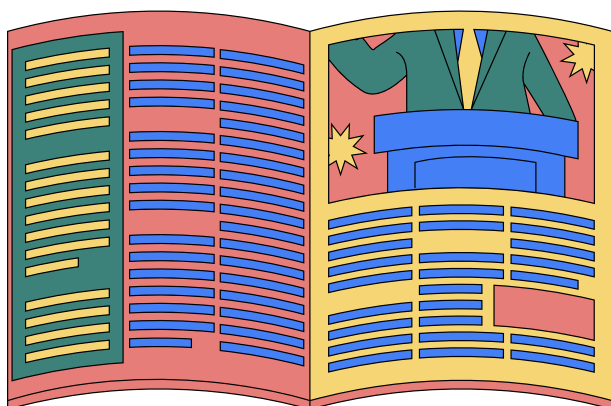
- Assurer la mise en page et le design du magazine.
- Rédiger les articles. L'ensemble des membres du C.A. peuvent participer à la rédaction.
- Créer des rubriques de leur choix.

Intensité de la charge de travail

- Raisonnable. 2 numéros/an

Particularités/Compétences

- Aucune présence obligatoire au siège social.
- Avoir une bonne orthographe.
- Connaître ou être prête à se former sur Canva.
- Horaires libres.



Adhérentes **1 personne**

Rôle

- Trouver un logiciel adapté pour optimiser la gestion de la base de données et le maintenir à jour avec les entrées et les sorties.
- Enregistrer le suivi du paiement des cotisations.
- Tenir un état du paiement des cotisations par date et par mode de paiement pour la Trésorière.
- Faire les relances des cotisations.
- Etablir la liste des adhérentes décédées dans l'année pour la Messe des Défunts.

Intensité de la charge de travail

- Régulière avec un pic durant le premier trimestre.

Particularités/Compétences

- Aucune présence obligatoire au siège social.
- Etre à l'aise avec l'informatique.
- Horaires libres



LES DOSSIERS DE L'UFM :

ÉLECTIONS 2026

Comptabilité 2 personnes

Rôle

- Etablir le budget prévisionnel annuel.
- Etablir le bilan annuel.
- Demander les différentes subventions annuelles et leurs déblocages au fil de l'année en tenant compte des process de l'ensemble des entités concernées.
- Veiller au respect des budgets.
- Payer les factures.
- Enregistrer les pièces comptables.
- Etablir les rapprochements bancaires.
- Préparer les remises de chèques et les déposer à la Banque.

Intensité de la charge de travail

- Très importante.

Particularités/Compétences

- Aucune présence obligatoire au siège social.
- Savoir compter, des notions de comptabilité administrative sont les bienvenues.
- Etre à l'aise avec l'informatique et les tableurs.
- Horaires libres.



Gestion des activités 1 ou 2 personnes

Rôle

- Respecter le budget annuel.
- Organiser l'ensemble des activités au fil de l'année, demander les devis et les factures, réserver les dates, contacter les différents intervenants.
- Prendre les inscriptions et récupérer les participations des adhérentes.
- Etre présente à chacune des activités.
- Veiller à récolter les photos.
- Transmettre les informations pour le magazine, la communication et la comptabilité.

Intensité de la charge de travail

- Extrêmement importante.

Particularités/Compétences

- Présence indispensable pour les activités
- Télétravail possible partiellement.
- Avoir le sens de l'organisation.
- Avoir une très grande disponibilité.



DATES ET HORAIRES DES PERMANENCES

Nouveaux horaires des permanences

Le Conseil d'Administration a pris la décision de modifier les horaires des permanences pour vous permettre de nous rencontrer plus facilement.

Ainsi, pour les inscriptions aux activités (qui sont prévues les mardis 9 et 16 septembre), les horaires seront étendus de 13h30 à 19h.

Une fois par mois, les horaires seront décalés pour permettre aux adhérentes qui travaillent de passer nous voir.

Septembre

- Mardi 2 septembre : pas de permanence
- **Mardi 9 septembre de 13h30 à 19h : inscriptions**
- **Mardi 16 septembre de 13h30 à 19h : inscriptions**
- Mardi 23 septembre de 14h30 à 17h : Loto Bingo
- Mardi 30 septembre de 18h à 21h : apéro-débat

Octobre

- Mardi 7 octobre de 18h à 21h : Happy Hour
- Mardi 14 octobre de 15h à 17h
- Mardi 21 octobre de 15h à 17h
- Mardi 28 octobre : pas de permanence

Novembre

- Mardi 4 novembre de 15h à 17h
- Mardi 11 novembre de 15h à 17h
- Mardi 18 novembre de 15h à 17h
- Mardi 25 novembre de 17h à 19h

Décembre

- Mardi 2 décembre de 14h30 à 17h : Loto Bingo
- Mardi 9 décembre de 13h30 à 19h : retrait des paniers de Noël
- Mardi 16 décembre de 15h à 17h
- Mardi 23 décembre : pas de permanence
- Mardi 30 décembre : pas de permanence

COTISATION 2025 - 25 € par an

La cotisation annuelle court du 1er janvier au 31 décembre de chaque année.

Il n'est pas trop tard pour régler votre cotisation 2025 (si ce n'est pas déjà fait) :

- Par chèque (par la Poste ou pendant nos permanences).
- Par Carte Bleue (sur le site Internet www.ufm.mc, rubrique "payer votre cotisation").
- Avec l'application Carlo (attention vous n'aurez pas de cashback) en tapant UFM dans l'application ou en scannant ce QR Code.
- Nous vous remercions d'éviter les espèces.



Les adhérentes vermeil (+ 80 ans) et les étudiantes sont exemptées de cotisation

NOS RENDEZ-VOUS RÉGULIERS

N'OUBLIEZ PAS DE VOUS INSCRIRE

Inscriptions dans la limite des places disponibles :

Permanences des mardis 9 et 16 septembre de 13h30 à 19h

LOTO BINGO

Siège social

Mardi 23 septembre à 14h30

Mardi 2 décembre à 14h30

Toujours le même principe :
de la joie et de la bonne humeur

GRAND LOTO BINGO

Casa d'i Soci

Ouvert à toutes les femmes
monégasques

Mardi 4 novembre à 18h

Tarif pour 4 cartons
Adhérentes : gratuit
Non adhérentes : 5,00 €



HAPPY HOUR

Siège social

Mardi 7 octobre à partir de 18h00

Bonne franquette, détente, rires sont
la recette de cette soirée.

APÉRO-DÉBAT - HARCÈLEMENT

MARDI 30 SEPTEMBRE 2025 DE 18 H À 19H30 - SIÈGE SOCIAL

Inscriptions

Permanences des mardis 9 et 16 septembre de 13h30 à 19h

L'UFM invite ses adhérentes et toutes les femmes monégasques à une soirée apéro-débat conviviale et engagée autour d'un sujet qui nous concerne toutes :

le Harcèlement.

Nous prendrons le temps d'échanger et de réfléchir ensemble sur les différentes formes de harcèlement, comment les prévenir et y faire face :

- Harcèlement scolaire : moqueries, mises à l'écart, insultes... qui empoisonnent la vie des enfants et adolescents.
- Harcèlement moral au travail : pressions, humiliations ou dénigrement répétés qui détruisent psychologiquement.
- Harcèlement sexuel : propos, gestes ou comportements à connotation sexuelle non désirés.
- Harcèlement en ligne (cyberharcèlement) : messages haineux, menaces ou rumeurs propagées sur les réseaux sociaux.
- Harcèlement de rue : réflexions obscènes, gestes déplacés.

Nous aborderons ensemble :

- Les signes pour reconnaître une situation de harcèlement
- Les outils et ressources pour agir (témoigner, en parler, alerter les bonnes personnes)
- Les gestes solidaires et bonnes pratiques à adopter pour soutenir les victimes et créer un climat bienveillant autour de nous.

Et, surtout, nous vous écouterons avec respect et bienveillance.

Venez nombreuses ! Ensemble, faisons reculer le harcèlement.

DÉJEUNER D'AUTOMNE

SAMEDI 11 OCTOBRE 2025 - 12H - MONTE-CARLO BAY

Inscriptions : mardis 9 et 16 septembre de 13h30 à 19h

Païement (chèque ou Carlo) lors de l'inscription

Pour ce déjeuner d'automne, nous vous proposons de partager un moment d'exception dans la Salle Columbia du mythique hôtel Monte-Carlo Bay.

Nous bénéficierons d'une cuisine réputée dans un cadre unique.

Vous serez accueillies par un apéritif, puis vous dégusterez leur menu "Saveurs Créatives". Ensuite, nous pourrions danser grâce à l'indispensable Jean-Max !

Pour y accéder :

- Bus
 - Ligne 5 Hôpital - Larvotto : arrêt Sporting
 - Ligne 6 Fontvieille - Larvotto : arrêt Sporting
- Voiture : Parking des Sources.

Participation

Adhérente : 50 € (chèque ou Carlo) + 5 € en espèces pour le pourboire

Invité des adhérentes : 75 € (chèque ou Carlo) + 5 € en espèces pour le pourboire



Crédit Photo : Monte-Carlo Bay - Salon Columbia

ET PENDANT CE TEMPS, SIMONE VEILLE !

SAMEDIS 18/10/2025 ET 07/02/2026 - 15 H - CIE FLORESTAN

Compagnie Florestan - Impasse des Lilas
Ancien Crédit Lyonnais (derrière l'Espace Lamartine)

Pour vous y rendre, le plus simple est de commander un Clicbus au 92 00 17 99.

Le Clicbus pourra vous prendre à un de ces 4 arrêts (à préciser lors de la commande) Fontvieille - Centre commercial, Place d'Armes, Monte-Carlo Tourisme, Place des Moulins) en direction de l'arrêt Saint Michel.

Ou avec les lignes classiques arrêts Crémaillère ou Roqueville.

La Compagnie Florestan est très heureuse de jouer pour vous, au sein de la Compagnie.

Elle vous propose, la troisième et la quatrième partie de cette comédie : « *Et pendant ce temps, Simone veille !* » co-écrite par Corinne Berron, Hélène Serres, Vanina Sicurani, Bonbon et Trinidad, qui connaît un franc succès depuis 2015 sur Paris, au Festival d'Avignon et dans toute la France.

Cette comédie retrace l'histoire de 3 femmes sur quatre générations avec une Simone qui nous rappelle les dates importantes qui ont jalonné l'évolution de la condition féminine en France des années 1950 à nos jours.

Vous avez pu assister :

- le 15 mars à la première partie à savoir les années 50. Les adhérentes présentes n'en sont pas revenues quand elles ont réalisé les conditions de vie pour les femmes à cette époque.
- Le 14 juin au deuxième volet, dans les années 70, avec la libéralisation de la pilule, le procès de Bobigny de Gisèle Halimi et la loi Simone Veil pour l'IVG.



Pour la troisième génération : Marciannne, Françoise et Jeannette, donc les filles de Marceline, Francine et Jeannine, les petites-filles de Marcelle, France et Jeanne !! Que sont-elles devenues dans les années 90 ? Ce sera fort intéressant et drôle, je vous l'assure.

Rendez-vous le samedi 18 octobre 2025 à 15 h à la Compagnie Florestan.

Quant au dernier volet, les comédiennes de la Compagnie Florestan seront heureuses de vous raconter le destin et la vie des arrières petites filles de cette lignée de femmes, dans les années 2010.

Cette dernière scène sera donnée le samedi 7 février 2026 toujours à leur siège à 15 heures, dans la joie et la bonne humeur !

L'UFM offrira un goûter aux adhérentes et aux membres de la troupe de la Compagnie Florestan à l'issue de chacune des représentations.



Inscriptions

Permanences des mardis 9 et 16 septembre de 13h30 à 19h

MESSE DES DÉFUNTS - PAROISSE SAINT NICOLAS

LUNDI 10 NOVEMBRE 2025 - 18H

Comme chaque année, en partenariat avec le Cantin d'a Roca, nous vous proposons un moment de recueillement en mémoire de nos êtres chers disparus.

Ces instants sont précieux, car ils nous permettent de nous rassembler, de raviver le souvenir de ceux qui nous ont quittés et de rappeler qu'ils demeurent présents dans nos pensées et dans nos cœurs. Participer à ce temps de mémoire, c'est aussi témoigner de notre attachement à nos traditions et à la solidarité de notre communauté.

À l'issue de la messe, nous aurons le plaisir de partager un vin chaud et quelques douceurs.



Inscriptions

Permanences des mardis 9 et 16 septembre de 13h30 à 19h

VISITE GUIDÉE MUSÉE VIEUX MONACO

JEUDI 27 NOVEMBRE 2025 - 14H30



Le Comité National des Traditions Monégasques nous invite à une visite guidée du Musée du Vieux Monaco.

Nous découvrirons au rez-de-chaussée les rues de Monaco Ville : héritières du Bourg Castral générateur, manifestes de l'existence de la langue monégasque, lieux d'expression des traditions religieuses et populaires et mémoires de personnages célèbres du Rocher. Puis au premier niveau : la céramique de Monaco, le cabinet de curiosités et la salle de projection.

Rendez-vous à 14h25 devant l'entrée du Musée, 2, rue Emile de Loth.



Siège du Comité

Inscriptions

Permanences des mardis 9 et 16 septembre de 13h30 à 19h

PANIER DE NOËL- SIÈGE SOCIAL

MARDI 9 DÉCEMBRE 2025 - ENTRE 13H30 ET 19H



Uniquement sur inscription : mardis 9 et 16 septembre de 13h30 à 19h

Pour fêter dignement la fin de l'année, nous vous proposons un panier de Noël.

Vous pourrez venir le chercher le mardi 16 décembre entre 13h30 et 19h.



A. G. + GÂTEAU DES REINES - MÉRIDIDIEN

SAMEDI 10 JANVIER 2026 - 14H

Nous avons le plaisir de vous convier à notre rendez-vous annuel qui se tiendra le samedi 10 janvier 2026 à l'hôtel Méridien Beach Plaza, salon Méditerranée. Ce moment est réservé aux adhérentes à jour de cotisation. Vous pourrez la régler en arrivant !

Au programme

- De 14h à 15h30 :
 - 🍷 Assemblée Générale Annuelle
 - Bilan de l'année (rapport moral et financier), projets à venir et élection du nouveau Conseil d'Administration.
- De 15h30 à 18h :
 - 🍷 Gâteau des Reines
 - Partage de la galette dans la convivialité.
 - 🍷 Animation dansante avec Jean Max
 - Ambiance festive et bonne humeur garanties !

Votre présence est précieuse pour la vie de notre association et pour faire entendre votre voix. Nous comptons sur vous !

Pour vous y rendre Bus lignes 5 et 6, arrêt Sea Club. Parking Testimonio



Inscriptions

Permanences des mardis 9 et 16 septembre de 13h30 à 19h

DÉPLACEMENT : MERVEILLEUSE TOSCANE

DU 4 AU 7 JUIN 2026

Inscriptions : mardis 9 et 16 septembre de 13h30 à 19h

Païement lors de l'inscription

Possibilité de régler en plusieurs fois

Le programme des réjouissances

Jour 1

- Départ le matin pour Pise.
- Déjeuner libre le midi (à vos frais).
- Début d'après-midi, visite guidée de la place des Miracles (cathédrale, Baptistère, Tour Penchée).
- Installation Hôtel 4* à Montecatini.
- Cocktail de bienvenue.
- Dîner.
- Nuit.



Jour 2

- Petit-déjeuner.
- Départ vers Florence.
- Visite guidée (Place de Santa Maria Novella, place du Duomo avec la cathédrale Sainte-Marie de la Fleur, baptistère Saint-Jean, Campanile de Giotto).
- Déjeuner.
- Suite de la visite guidée (Quartier médiéval, Eglise Sainte-Croix, fresques de Giotto, tombeaux de personnages illustres).
- Hôtel
- Dîner
- Nuit.



DÉPLACEMENT : MERVEILLEUSE TOSCANE

DU 4 AU 7 JUIN 2026

Jour 3

- Petit-déjeuner.
- Départ vers Sienne.
- Visite guidée de la place du Campo.
- Déjeuner dans un agriturismo.
- Visite guidée de la cité avec visite de la Place de la Citerne et de la place du Dôme.
- Hôtel.
- Dîner.
- Nuit.



Jour 4

- Petit-déjeuner.
- Départ pour Lucca.
- Visite guidée du vieux quartier.
- Déjeuner libre.
- Départ vers Monaco.
- Arrivée prévue en soirée.

Participation

- Déplacement : 765,00 € par adhérente, 790,00 € pour vos invités
- Pourboire : 40,00 € en espèces par personne
- Chambre individuelle : 150,00 €

L'assurance annulation est offerte par l'UFM.

Organisation départ et retour

- Arrêt Moneghetti : 5h45
- Arrêt Place des Moulins
- Arrêt Monte-Carlo - allées lumières
- Arrêt Place d'Armes devant le Monte-Carlo Bar
- Arrêt Stade Louis II

Inscriptions

Permanences des mardis 9 et 16 septembre de 13h30 à 19h

DEMANDEZ LE PROGRAMME !

**Pour permettre une bonne organisation de nos événements,
nous vous remercions de vous inscrire les
mardis 9 ou 16 septembre de 13h30 à 19h**

Date	Lieu	Activité	Horaire	Page
Mardi 23 septembre	Siège Social	Loto Bingo	14h30	34
Mardi 30 septembre	Siège social	Apéro-débat “harcèlement”	de 18h à 19h30	35
Mardi 7 octobre	Siège social	Happy Hour	à partir de 18h	34
Samedi 11 octobre	Hôtel Monte Carlo Bay	Déjeuner d’automne	12h	36
Samedi 18 octobre	Compagnie Florestan	“Et pendant ce temps, Simone veille” - 3ème partie	15h	37
Mardi 4 novembre	Casa d’i Soci	Grand Loto Bingo	18h	34
Lundi 10 novembre	Paroisse Saint Nicolas	Messe des défunts	18h	38
Jeudi 27 novembre	Musée du Vieux Monaco	Visite guidée	14h30	39
Mardi 2 décembre	Siège social	Loto Bingo	14h30	34
Mardi 9 décembre	Siège social	Distribution des paniers de Noël	entre 13h30 et 19h	40
Samedi 10 janvier 2026	Hôtel Méridien	Assemblée Générale avec élections puis Gâteau des Reines	14h	41
Samedi 7 février 2026	Compagnie Florestan	“Et pendant ce temps, Simone veille” - 4ème et dernière partie	15h	37
du 4 au 7 juin 2026	Toscane	Voyage	départ 5h45	42