

ACCUEIL DES VILLES FRANÇAISES



ACCUEIL DU NOUVEL ARRIVANT

Caen



GUILLAUME LE CONQUÉRANT
et MATHILDE DE FLANDRE

N° 8

2023
2024



Vous changez de ville?

AVF vous accueille
et vous accompagne.

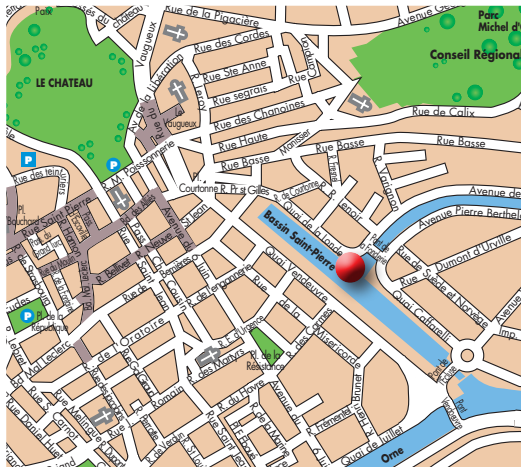
A.V.F. Caen : 2 quai de la Londe - 14000 Caen
02 31 86 02 60 - Courriel : avfcaen@wanadoo.fr

www.avf.asso.fr





Informations pratiques



**AVF remercie la Mairie de Caen
pour la mise à disposition des locaux.**

AVF Caen

2 quai de la Londe

14000 Caen

Tél. : 02 31 86 02 60

<http://caen.fr/adresse/caen-accueil-villes-france-avf>

Directeur de publication :

Ramuntcho Piselli

Rédacteur en chef :

Michel Pardoel

Assistants de rédaction :

Martine Harang

Josette le Foll-Picou

Imprimerie :

Caen Repro 02 31 95 27 66

Tirage :

1500 exemplaires

Papier recyclé


non blanchi au chlore



Accueil des Villes Françaises (AVF) vous attend :

- 2 quai de la Londe (entrée côté port) - 14000 CAEN

Nous contacter :

- Tél. 02 31 86 02 60
(aux heures de permanence et répondre téléphonique)
- Email : avfcaen@wanadoo.fr
- Internet : www.avf.asso.fr
- Retrouvez-nous sur :  Accueil des Villes Françaises AVF Caen

Et nos permanences (sauf vacances scolaires)

- **De septembre aux vacances d'hivers :**
 - mardi et vendredi de 14h00 à 17h00
 - jeudi de 10h00 à 12h00
- **Des vacances d'hiver aux vacances d'été :**
 - mardi et vendredi de 14h00 à 16h30
 - jeudi de 10h00 à 12h00





Le mot du Maire



**Joël
BRUNEAU,**
Maire de Caen

BIENVENUE À CAEN ! VOTRE NOUVELLE VILLE !

Vous l'avez sans doute déjà remarqué, Caen ne manque pas d'atouts pour vous séduire. Entre la mer et la Suisse Normande, à 2h de Paris, notre ville bénéficie d'une situation géographique idéale.

Forte de son histoire, de sa culture et de son dynamisme, Caen est aujourd'hui la ville-centre de la communauté urbaine Caen la mer. Elle compte 107 250 habitants. Avec près de 34 000 étudiants accueillis, son pôle universitaire est le 1er de Normandie. Caen est aussi, le 1er pôle économique, industriel, et administratif de la Normandie de l'Ouest avec 170 000 emplois et 37 000 entreprises.

Fondée au XI^e siècle par le célèbre Duc de Normandie, Guillaume le Conquérant, Caen est avant tout une ville d'histoire riche de son patrimoine. Le château ainsi que nos deux abbayes sont de véritables joyaux d'architecture médiévale qui font la fierté des Caennaises et des Caennais. Cette architecture ancienne côtoie l'architecture de la reconstruction.

Marquée par la Seconde Guerre mondiale, Caen est une référence internationale sur ce sujet, notamment grâce au Mémorial. Ce musée fait partie de l'un de nos très nombreux établissements culturels, qui font de Caen l'une des grandes villes de culture en France. Chaque année de nombreux classements nationaux viennent récompenser la ville pour ses actions en termes d'attractivité, d'emploi, d'économie, de qualité de vie, ce qui en fait par exemple la 6^{ème} ville de France où il fait bon de vivre et la 2^{ème} en terme de densité d'espaces verts.

Après l'arrivée du nouveau tramway, le réaménagement de la place de la République, du boulevard Leclerc et des abords du château, nous poursuivons la rénovation de notre cœur de ville et de nos éléments patrimoniaux.

Notre objectif est d'offrir une ville toujours plus verte et plus accueillante : nouvelles pistes cyclables, jardins éphémères, animations culturelles...

Parce que l'attractivité de la ville passe par la réalisation de projets d'aménagements structurants, nous travaillons avec passion à de grands projets : réaménagement des espaces intérieurs du Château, reconquête de la Presqu'île, création d'un pôle de recherche et de développement économique au nord de Caen.

A toutes ces nouveautés s'ajoutent de nombreux équipements sportifs, tel que le nouveau Palais des sports, et culturels, avec la reconversion des écuries « Lorge » en lieu d'accueil pour les artistes, ainsi qu'un tissu associatif très dynamique.

Un secteur dans lequel l'AVF tient une place toute particulière. Je tiens d'ailleurs à saluer le travail accompli par l'AVF, pour que tous les nouveaux Caennais se sentent bien dans notre ville.

Au plaisir de vous rencontrer.
Joël Bruneau

web@accueil :

<https://caen.fr/annuaire-association/accueil-des-villes-francaises>



Charte des Accueils des Villes Françaises

ACCUEIL DES VILLES FRANÇAISES



ACCUEIL DU NOUVEL ARRIVANT

Caen

ARTICLE 1

L'association a pour but d'accueillir en priorité les personnes et les familles nouvellement arrivées (depuis moins de 3 ans) sur le territoire et de faciliter leur intégration.

ARTICLE 2

L'adhésion implique, dans les trois ans, l'engagement de contribuer bénévolement, après formation, aux actions et au fonctionnement de l'association.



Adhésion 2022-2023

45 € par personne

La cotisation annuelle est la principale ressource de notre association. Nous ne l'exigeons pas lors de votre première visite à notre accueil, mais vous devez en avoir acquitté le montant pour participer, dès la première fois aux animations, ceci afin d'être en règle vis-à-vis des obligations d'assurances.

L'adhésion vous permet de participer à l'ensemble des animations.

Aux Normandises
Boulangerie - Pâtisserie

104 Rue Saint-Pierre,
Caen, Normandie
FRANCE

PRÊT IMMO

**C'EST PLUS SIMPLE
QUAND ON S'ADRESSE
À CEUX QUI DÉCIDENT.**

Crédit Mutuel

CRÉDIT MUTUEL DE CAEN CENTRE
116 bld du Maréchal Leclerc - 14000 Caen



Le mot du Président



CHERS AMI(E)S

CAEN par son dynamisme, son attractivité, son charme, reçoit tous les ans, un grand nombre de nouveaux arrivants.

Notre association AVF de CAEN (Accueil des Villes Françaises), avec son équipe d'accueillant(e)s, est toujours prête à vous recevoir, vous écouter et vous conseiller. Actifs ou déjà en retraite, venez partager nos animations. C'est l'occasion de rencontrer d'autres adhérents et de vous faire de nouveaux amis.

En qualité de nouveau Président, je vous invite à nous rejoindre dès la rentrée de septembre.

Je souhaite la bienvenue aux nouveaux arrivants qui pousseront notre porte.

Bien amicalement

Ramuntcho PISELLI

et toute l'équipe des bénévoles



Pré et post-accueil

VOUS ARRIVEZ À CAEN OU DANS LA RÉGION ?

- Vous arrivez prochainement dans la région, ou vous venez de vous y installer.
- Vous remarquez de nouveaux arrivants dans votre quartier, dans votre entreprise.
- Vous souhaitez en savoir plus sur notre association, sans pour cela venir vous inscrire dans l'immédiat, contactez-nous.

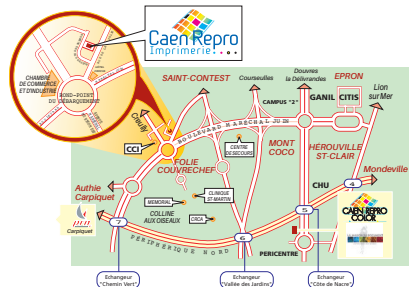
CONTACT

- Régine CHATAIGNER
caenpreaccueil@gmail.com



8, rue Ferdinand Buisson
Parc Athéna, 14280 Saint-Contest
Tél. 02 31 95 27 66, Fax. 02 31 93 63 04
www.caenrepro.com
email : imprimerie@caenrepro.com

**le Partenaire
de votre
association**





Référent de mission (R.M.)

L'équipe du R.M (Référent de Mission)

est heureuse de vous accueillir à l'A.V.F. pour vous aider à nouer des contacts et à vous intégrer dans votre nouvelle ville.

Référent de mission (R.M.)

Jacqueline DEGRENNE

Marie-Thérèse ETIENNE

Claire GIRET

Sylvie MESNIL

Brigitte MILHOUD

Solange MONTEIL

Yolande SAINT-MARTIN



Informations pratiques et modalités de remboursement

Pour toutes les animations...

- Il est nécessaire de s'inscrire à l'accueil à l'avance et de prévenir les accueillantes en cas de désistement. Une autre personne pourra ainsi bénéficier de votre place.
- En cas d'empêchement, prévenir l'animateur.
- Le règlement sera accepté uniquement par chèque.
- Chaussures de randonnée obligatoires pour les animations "marche".
*Nous vous remercions de votre compréhension.
N'hésitez pas à passer au local pour consulter nos tableaux d'affichage et vous renseigner auprès des accueillantes.*

Le remboursement se fera suivant les modalités suivantes :

- Toute annulation moins de 5 jours avant la date de l'animation ne sera pas remboursée.
- AVF Caen est susceptible de modifier ou d'annuler une conférence, une promenade ou une excursion.

EMMANUEL TOUZÉ

COIFFURE - PERRUQUES - ESTHÉTIQUE

Notre Talent à votre service

1, bd des Alliés - 14000 CAEN / Tram St Pierre
Tél. 02 31 93 41 41

CHU de Caen - Pôle femmes-mères-enfants
Tram CHU - Tél. : 02 31 30 69 42
www.emmanuel-touze.com



STEPHANIE MARIN
02 31 38 26 80

92, bd André Detolle
14000 CAEN

cavessaintetienne@wanadoo.fr
www.cavesaintetienne.com



Vos animations

AQUARELLE

Se familiariser avec la technique: maîtrise de l'eau, mélange des couleurs, découverte des effets produits. En fonction des sujets choisis et variés, interprétation personnelle et approche créative: exercices graphiques, techniques mixtes. Découvrir, observer, comprendre, expérimenter et se laisser apprivoiser pour réaliser des esquisses vivantes et expressives.

Un jeudi sur deux 14h30 - 16h30

Martine CUCHEVAL

ART FLORAL

Initiation à l'art floral. Nous aborderons en fonction des saisons des compositions faciles en toute convivialité. Les fleurs sont à la charge de l'adhérent.

Un mercredi par mois 14h00 - 16h30

Martine LEMOSQUET

Danièle BOTHUA

ATELIER CUISINE

Cuisinons, partageons nos recettes et astuces. Un agréable moment d'échanges et de convivialité. Répartis en groupe nous cuisinons à domicile des plats que nous dégustons en toute amitié.

Dates mobiles

Claudine HOUEL

BRIDGE "INITIÉ"

L'animation bridge initié se fait en parties libres avec des donnes préparées (avec ou sans thème) afin de parfaire les enchères et le jeu de la carte de tous les joueurs présents.

Le jeudi 9h30 - 11h30

Françoise de MONS

BRIDGE "PARTIES LIBRES"

Le mardi 14h15 - 17h15

Anne BEAU

Anne DOSSEUR

CARTONNAGE

L'atelier de cartonnage permet la réalisation d'objets en carton personnalisés à votre goût : articles pour le bureau, pour la décoration de la maison, boîtes en tous genres, etc... Tous niveaux.

Le mardi 9h15 - 11h30

Nadine CHARNOZ

Michelle HUNOU

CINÉMA

Une fois par mois Silvia vous donne rdv au Pathé Rives de l'Orne, pour une séance cinéma du soir, se terminant (pour ceux qui le souhaitent) par un diner dans un restaurant à proximité.

Dates mobiles

Silvia ARDUINI

CONVERSATION ALLEMANDE

Pour les adhérents qui souhaitent parfaire leurs connaissances en allemand, Sylvie vous propose un atelier culturel pour mieux connaître nos voisins à partir d'événements actuels.

Un lundi sur deux 16h00-17h30

Sylvie MESNIL

CONVERSATION ANGLAISE

Pour les adhérents qui souhaitent parfaire leurs connaissances en anglais, cet atelier est ouvert à tous to speak english.

Le vendredi 10h00 - 11h00

Françoise LOUVEL HANDERER

CÔTÉ JARDIN

Rencontres et visites autour du thème : jardins, plantes et cultures.

Dates mobiles

Nadine CHARNOZ

Lise SIX

DANSE EN LIGNE

Vous aimez danser ? Ce sera chose faite grâce aux cours de danse en ligne, pour tous les styles et tous les niveaux.

Une fois par trimestre

Patricia GASPERINI

Dominique VERSIGER

DÉCOUVERTE DE CAEN ET SA RÉGION

Au travers de visites, découvertes de la région, d'entreprises, de musées..., nous avons plaisir à vous faire découvrir la Normandie.

Dates mobiles

Nadine CHARNOZ

Lise SIX

Marie-Thérèse ETIENNE

Jean-Marc DUPONT-DUGHAYE



Vos animations

DISCUSSION

AUTOUR D'UN LIVRE

Les participants (es) échangent leurs impressions sur leurs dernières lectures qu'ils (elles) présentent. Ces échanges permettent de découvrir de nouveaux livres proposés en prêts mensuels par les participants (es).

Un jeudi par mois 14h15

Anne DOSSEUR

D'UN LIVRE À L'AUTRE

Discutons littérature en découvrant les coups de cœur de nos amis (ies). Quatre groupes de lecture existent. D'autres groupes peuvent se constituer si une personne en prend l'initiative.

Dates mobiles

Sylviane FAVRI

EXPOSITION ART/PEINTURE

Découvrir des artistes dans différentes techniques (peinture, photos etc.). Venez échanger avec l'artiste le jour du vernissage, puis aiguisez votre curiosité!

4 semaines d'exposition au local.

Dates mobiles

Nicole MOTTE

GÉNÉALOGIE

La recherche de ses ancêtres s'avère souvent passionnante. Elle permet de mieux connaître ceux qui vous ont précédé, leur univers, la période durant laquelle ils ont vécu, etc. La généalogie demande cependant de la patience. Vous souhaitez retrouver vos ancêtres mais ne savez pas comment vous y prendre ? Pour plus de facilité, nous vous conseillons de débiter vos recherches en nous rejoignant.

Un mercredi par mois 14h00 - 16h30

Brigitte MILHOUD

Philippe GOSSELIN

INTRODUCTION À LA MÉDITATION

La pratique de la méditation vous tente ? Vous avez entendu parler de ses multiples bienfaits et vous vous demandez en quoi ça consiste au juste... Je vous invite à en faire l'expérience pour entrer en amitié avec vous-même de façon simple et directe

Le mardi 14h30

Catherine CHAMPENOIS

MARCHE COURTE 5 KM

Marcher pour nous à l'AVF, c'est d'abord accueillir le Nouvel Arrivant, lui faire découvrir la nature autour de Caen et la région proche en compagnie de participants motivés. Venez nous rejoindre.

Un lundi sur deux 13h30

Claudine HOUEL

Brigitte MILHOUD

MARCHE MOYENNE OU LONGUE 9 À 12 KM

Marcher pour nous à l'AVF, c'est d'abord accueillir le Nouvel Arrivant, lui faire découvrir la nature autour de Caen et la région proche en compagnie de participants motivés. Pas de performance mais un rythme soutenu. Venez nous rejoindre.

Un lundi sur deux 13h30

Françoise DUBLET

Rémy JEANNE

Guy LAMOTTE

Bernard LANIER

Michèle ROUXELIN

Un vendredi sur deux 14h00

Olivier CHARNOZ

PORTES OUVERTES

LE DIMANCHE

Ouvert à tous les Nouveaux arrivants auxquels peuvent s'adjoindre des anciens.

Un dimanche par mois. 15h00 - 17h00

Yolande SAINT-MARTIN





Vos animations

PROMENADES À VÉLO

Sortie promenade sur nos voies vertes ou nos pistes cyclables. Entre 20 et 40 km par beau temps de préférence.

Dates mobiles

Didier BERGER

REMUE-MÉNINGES

Stimuler sa mémoire, tester son Qi et résoudre toute sorte de casse-têtes de façon ludique.

Le mercredi 10h45 - 11h45

Sylviane FAVRI

RENCONTRE INTERNATIONALE

Silvia attend nos amis internationaux pour un moment de convivialité autour d'un apéritif dinatoire bimensuel. Ouvert aux étrangers et leurs conjoints, aux accompagnateurs de jeunes étudiants étrangers et à toute personne qui s'investit dans l'accueil international

Dates mobiles

Silvia ARDUINI

SCÈNE OUVERTE EN POÉSIE

Chaque personne est invitée à dire ou à lire un poème de sa composition, un poème de son auteur préféré ou un poème de son enfance qui l'a particulièrement marqué. Les personnes qui aiment la poésie mais qui ne désirent pas s'exprimer sont également les bienvenues. Séances prolongées par un goûter.

Un mercredi par mois 14h30 - 16h30

Françoise ANDRE

SCRABBLE

Jeu de société ludique qui vous permet de passer un après-midi par semaine avec nos adhérents.

Le vendredi 14h00 - 17h00

Nicole MANESSIER

TAROT

Jeu de carte ludique qui vous permet de passer agréablement deux après-midi par semaine.

Le mardi 14h00 - 17h00

Le vendredi 14h00 - 17h00

Annick LAGRUE

TENNIS DE TABLE

Il suffit d'apporter votre raquette pour participer.

Le jeudi 14h00 - 16h00

Jacqueline GROUSSARD

THÉÂTRE

Pour celles et ceux qui veulent jouer quelques sketches dans la bonne humeur et la convivialité, c'est une bonne thérapie !

Le jeudi 14h30 - 17h00

Yves MICHEL

TRAVAUX D'AIGUILLE

Point de Bayeux, broderie bretonne, patchwork etc.

Le lundi 13h30 - 16h00

Marie-Françoise MARHIC

TRAITEMENT DE TEXTE

Mon but est de vous initier à maîtriser le traitement de texte "Word". Pour débutant.

Le lundi 9h00 - 10h30

Michel PARDOEL

Restaurant
la planche

Horaires d'ouverture
Ouvert du lundi au samedi
Service de 12:00 à 14:00 et de 19:00 à 22:00
du Lundi au Jeudi
Service de 12:00 à 14:00 et de 19:00 à 23:00
le Vendredi et le Samedi
Fermé le dimanche toute la journée

Pour les groupes, il est conseillé de réserver
Possibilité de réservation «tout inclus» avec menus

13 rue des Prairies
Saint-Gilles
14000 Caen
Tel : 02.31.93.45.52

1 terrasse
2 Salles
1 cheminée

aufingourmet14@gmail.com

Charcuterie artisanale
Traiteur

113 rue Saint Jean
14000 Caen

02.31.85.37.06



Notre organisation locale

Bureau

Président : PISELLI Ramuntcho

Trésorerie : FAVRI Sylviane

Secrétariat : PARDOEL Michel

Formation : DUCLOS Richard

Référent de Mission (RM) : GIRET Claire

Webmaster : CHATAIGNER Régine

Communication : LE FOLL PICOU Josette

Conseil d'administration

BEAU Dominique

FAVRI Sylviane

MOTTE Nicole

BERGER Didier

FERRET Jean-Jacques

PARDOEL Michel

CHABOSY Pierre

GIRET Claire

PISELLI Ramuntcho

CHATAIGNER Régine

HARANG Martine

TACCONI Nicole

CIOBANU Georgeta

LANIER Bernard

DELANGLE Eliane

LE FOLL PICOU Josette

DUBLET Françoise

LEDAIN Martine

DUCLOS Richard

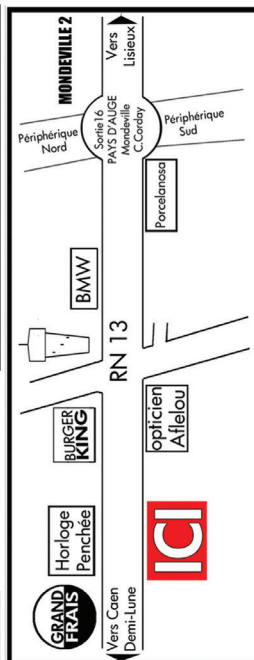
MONTEIL Solange

46 rue Pierre Mendès-France

14120 MONDEVILLE

02 31 82 43 31

Ouvert tous les jours de 9h30 à 12h30 et de 14h à 18h45
le samedi de 9h30 à 18h45 sans interruption.





Notre organisation régionale et nationale

Bureau régional URAVF Normandie

Alain MONTILLET

Président URAVF Normandie

<http://avf.asso.fr/fr/normandie/normandie>

Paulette BRETON

Secrétaire URAVF Normandie

uravfnormandiesecretariat@gmail.com



Bureau national URAVF

Brigitte de METZ NOBLAT

Présidente - Relations Publiques

unavf.presidente@gmail.com



**CARINE
CRÉATION**

Salon mixte - Climatisé

Mardi - Mercredi - Jeudi
9h00 à 19h00
Vendredi 8h30 à 19h00
Samedi 8h30 à 17h00

111 rue St Jean
14000 CAEN | 02 31 86 41 80



La Tarterie

116 Rue Saint-Pierre
14000 Caen

Remerciements

Merci à tous nos annonceurs, sans qui cette brochure ne pourrait pas être éditée. Nous invitons tous nos adhérents à leur donner priorité lors de leurs achats sans oublier de présenter leur carte AVF



L'offre la + large de CAEN Métropole
pour **HABITER** ou **INVESTIR**



MAISONS



APPARTEMENTS



TERRAINS À BÂTIR



12 place de la République 14000 CAEN

☎ 02 31 27 89 89

 edifices-immobilier.fr