

Bel automne à tous !

Le mot de la Présidente

Quel plaisir d'avoir retrouvé une rentrée normale !

Et pour preuve, vous étiez nombreux à assister au forum pour vous inscrire et prendre votre adhésion. Nous arrivons à 575 adhérents et atteindrons bientôt les 600 !

Merci aussi à vous tous d'avoir accepté de laisser les nouveaux arrivants s'inscrire en priorité en début de matinée le jour du forum, ce qui leur a permis de se sentir accompagnés et accueillis. Ils sont actuellement 52 nouveaux arrivants et 34 nouveaux adhérents. Nous les accueillerons, ainsi que les nouveaux arrivants des années 2020 et 2021, début décembre au cours d'une soirée qui leur est dédiée et qui leur permettra de se rencontrer et de faire connaissance.

Grace à l'investissement et à la compétence des bénévoles nous pouvons vous proposer 55 ateliers, qui permettent aux nouveaux et aux anciens de se retrouver dans la convivialité.

L'aménagement du local est enfin terminé, grâce à Thierry Bergeron et à son équipe que nous remercions chaleureusement. Ils ont fait un super travail.

Vous trouverez dans la lettre la liste des réjouissances prévues et je vous souhaite à tous, avec tous les membres du CA, une très bonne fin de trimestre.

Elisabeth Duval, la présidente.



Sommaire

Page 2: Forum de rentrée

Formation Gestes qui sauvent

Pages 3: Bibliothèque

Partenaires

Nouveaux locaux

Page 4: La vie des ateliers

Un CAC peut en cacher un autre

Page 5: Avf cherche Bénévoles

A vos neurones

les futurs événements

Page 6: Bibliothèque

Lettre électronique adressée aux Adhérents de l'AVF Concarneau ayant fourni une adresse mail valide



Pour nous contacter

- Au local AVF 2 rue Marcesche à Concarneau (Z.I. de Kersalé), permanences du mardi au vendredi de 14h30 à 17h
- Par téléphone: 02 98 50 52 60
- Par courriel : avfconcarneau@orange.fr
- Sur le site internet: <http://avf.asso.fr/fr/concarneau>

Bilan du Forum de rentrée

Le Forum s'est tenu au CAC le 27 Septembre 2022.

Il s'est déroulé de façon agréable et satisfaisante, avec les premiers bénévoles présents dès 8h pour préparer la salle (tables, chaises, ordinateurs, fiches, etc). Deux nouveautés cette année:

- Le créneau de 9h à 10h30 réservé aux nouveaux arrivants, qui a beaucoup plu et permis de les accueillir dans de nombreux ateliers. Au total 52 nouveaux arrivants, et 34 nouveaux adhérents.
- la possibilité de paiement par carte bancaire, plébiscité, et probablement avec un second terminal pour résorber les files d'attente.

484 adhésions ont été enregistrées le jour même, et bien évidemment, les inscriptions continuent à être prises au local de Kersalé depuis. Aujourd'hui nous sommes globalement 600 adhérents, ce qui fait de Concarneau une des plus grosses AVF de Bretagne.

Les 55 activités ont toutes été représentées, et l'intérêt des adhérents a été au rendez-vous puisqu'une vingtaine de ces activités affichent complet!

Vos animateurs se forment aux gestes qui sauvent

Le 25 Octobre 2022, une formation aux gestes qui sauvent a été dispensée à 8 animateurs AVF. Les formateurs sont Philippe Delaporte et Hélène Chermeux de l'association Secoutourisme de Trégunc.

En 3 étapes (protection, alerte et secours), la formation aborde les accidents liés aux saignements, aux malaises et autres accidents de la vie quotidienne. Théorie et pratique ont permis aux animateurs AVF d'acquérir des gestes salvateurs, tels que la mise en place d'un garrot, l'utilisation d'un défibrillateur, ou encore le massage cardiaque et la mise en position latérale de sécurité.

Une formation efficace, et très appréciée de tous, tant par son contenu que par la qualité de son animation.

D'autres sessions vont avoir lieu. Les animateurs sont invités à contacter Evelyne Radzieta (à travers l'accueil AVF), en charge de la formation à AVF Concarneau pour plus de renseignements et pour évoquer l'inscription à de futures séances.



Démonstration



Mise en pratique

Bibliothèque

La bibliothèque est maintenant installée dans ses nouveaux meubles 2 rue Marcesche. Il s'est avéré qu'il n'y avait pas assez de place pour tous les livres, plus de 800, qui étaient avenue de la Gare. Ce souci s'est transformé en opportunité puisqu'il y a eu une braderie à 1€ le livre qui a également permis d'en acheter de nouveaux. Vous trouverez la liste de ces nouveautés (acquisitions et dons de livres neufs) en dernière page.

Partenaires AVF

La notion de partenaire s'était un peu étiolée au fil du temps et bon nombre de nouveaux adhérents n'en connaissent probablement pas l'existence. Pour faire simple, il s'agit d'entreprises qui nous offrent des réductions et autres avantages.

Aujourd'hui 2 partenariats ont été réactivés, sur présentation de la carte AVF valide:

- La **Thalasso** avec -15 % sur les Cures (avec ou sans Hébergement de 4 à 6 Jours) et - 10 % sur les Entrées au Spa Marin, les Soins à la Carte, les Bulles, les Cartes de 10 séances de sport, les Abonnements Spa & Activité ainsi que les Courts Séjours (avec ou sans Hébergement de 2 à 3 Jours).
- **Roady** avec -10% sur les prestations et équipements automobiles, sauf pneus, GPS et auto-radio. Attention, cette carte est à présenter dès le début. Une fois que la facture est émise, c'est trop tard ! D'autres partenariats sont en préparation. Davantage d'informations sur le site Internet.

L'installation dans nos nouveaux locaux

Lorsque le déménagement depuis l'avenue de la Gare s'est produit, s'est posée la question de l'aménagement dans les nouveaux locaux. Certains ont pensé que le bonheur se trouverait à Ikea, d'autres, qu'il fallait faire appel à un aménageur professionnel (premier devis de 5k€ pour une pièce). Zorro, alias Thierry est arrivé! Entre Ikea, incapable de répondre à la moindre question au téléphone, et le budget rédhitoire de l'aménageur, l'équipe s'est mise au travail, définissant les besoins de chacun., sous la houlette de Zorro.

Au global, l'aménagement de tous les plans bas a pu être confié à Lapeyre, qui s'est montré flexible, avec un catalogue de produits standards adaptables, capable de faire des plans de travail avec arrondis. Les plans hauts, étagères pour bibliothèque, étaient achetés à Mr Bricolage, imbattable. Et pour finir, les aménagements de l'avenue de la gare ont pu être ré-utilisés, moyennant re taillage et consolidation pour l'accueil et les armoires de la salle de réunion.

Pour les techniciens, venez admirer la fixation de l'écran de la salle de réunion, qui évite d'avoir à percer les cloisons (compliqué avec placo et poutres métalliques invisibles) ! Un chef-d'œuvre d'astuces!

Au détours d'une vérification, Lapeyre n'avait pas inclus le prémontage des caissons. Qu'à cela ne tienne, Yves et Pierre ont fait le boulot, et un super boulot!

Au final, après 2 journées complètes et 2 demi-journées, beaucoup de finitions ont été assurées par notre chef d'orchestre Thierry, et le budget final de 7k€ est bien modeste au regard de ce qui avait été imaginé au début. Que dire de la satisfaction générale des utilisateurs des locaux? Un succès, on vous dit!

Comme nous ne pouvons pas remercier toutes les personnes qui ont donné de leur temps et de leurs compétences, reconnaissons que leur récompense est la satisfaction générale et unanime!

La vie des Ateliers

L'atelier Cuisine Saveur de Denise Bourhis



Cari de poulet Réunionnais et soufflé Chocolat Framboise

Appétissant non?

Un CAC peut en cacher un autre!

Quand il ne s'agit pas de notre salle des fêtes concarnoise favorite, qu'est-ce que le CAC ? Ou plutôt qui ?

C'est l'acronyme pour 'Commissaire Aux Comptes'. Une fonction méconnue que nous allons détailler.

Comme pour toute société, l'AVF de Concarneau a un trésorier, Michel Rivière, qui 'gère les sous' et produit, à chaque Assemblée Générale, une synthèse des comptes de l'association.

Qu'est-ce qui nous dit qu'il n'y a pas entoulupe, ou vol ou gaspillage inconsidéré? Pourquoi les comptes seraient-ils honnêtes ? Eh, bien, c'est le rôle du Commissaire Aux Comptes, un adhérent bénévole, indépendant du trésorier qui vérifie plusieurs fois par an, à sa convenance, la concordance avec les pièces comptables, recettes, dépenses, transferts d'argent, notes de frais etc. Le Trésorier n'a pas le droit de lui refuser une demande et il peut les faire sans prévenir: exécution immédiate!

La loi Française n'exige pas que chaque association ait son CAC, mais lorsqu'on a la compétence parmi les adhérents, on est ainsi sûr de ne pas prêter le flanc à la critique.

Officiellement le CAC:

- Vérifie que les règles de fonctionnement et de financement sont respectées
- Peut émettre un avis ou des recommandations
- Vérifie la sincérité et la conformité des données financières et compte annuels selon la réglementation en vigueur.

Aujourd'hui, Bernard Leconte un ancien directeur de restauration collective de la Gendarmerie Nationale assure cette fonction depuis 3 ans. Il nous a aidé à préparer ce petit texte explicatif et méritait bien un coup de chapeau et un coup de projecteur.

Merci Bernard!

AVF cherche Animateur.trice.s et Accueillant.e.s

De nouveaux adhérents arrivent chaque année qui bénéficient des animations existantes. Ces nouveaux adhérents, tout comme d'autres moins nouveaux, peuvent avoir des compétences ou des passions à partager, ou du temps à offrir pour aider les autres adhérents!

Si c'est votre cas, Nicole et son adjoint Patrick, ainsi que le bureau, seront ravis que vous les contactiez pour en parler. Si il y a besoin d'un coup de main, d'une phase de rodage ou toute forme d'aide au démarrage, les ressources de l'AVF seront mobilisées.

Qu'en pensez-vous ?


A vos neurones!

Nous allons essayer de vous faire chercher un peu! Plusieurs animations sont en place pour exciter vos neurones, alors pourquoi pas dans cette lettre ?

Aujourd'hui, que veut donc dire : MADEMOSELLE A VORE

La solution dans le prochain numéro!

Les futurs événements de votre AVF

- 18 Novembre: Troc Plantes chez Thierry Bergeron à Penker Langoat (voir sur le plan: Logis des Métayers à l'ouest du rond point de la Boissière). Le covoiturage est fortement recommandé. Pas de paiement, que du Troc. Si vous n'avez pas de plantes à donner, venez donc avec votre bonne humeur.
- 
- The map shows a rural area in Brittany, France. A red pin marks 'Logis des métayers' at the intersection of 'Rue de la Boissière' and 'Rue de la Chapelle'. Other nearby locations include 'Centre de Loisirs', 'Cimetière Jean-Baptiste', 'Aire de covoiturage Concarneau', 'Eurl LTH Distribution', 'PLC', 'L'Œuvre de l'Éclair', and 'Eglise St-Basile'. A yellow line indicates a route or boundary.
- 19 Novembre: dans les locaux AVF à Kersalé, rempotage de vos orchidées (3€) de 9h30 à 12h,
 - 22 Novembre , visite de l'exposition Mathurin Meheut, au musée de Pont Aven
 - 24 Novembre: Journée Cabaret à l'espace Glenmor de Carhaix avec déjeuner et spectacle (Complet!)
 - 1er Décembre: soirée nouveaux adhérents et bénévoles au CAC. Une invitation spécifique sera envoyée.
 - 10 Décembre: Visite de La Canopée, producteur d'Orchidées à Plougastel Daoulas de 14h à 17h30. Inscriptions au bureau de l'AVF ou auprès de l'animateur (Rolland Duclos, 0644171429). Entre 15 et 25 places disponibles. Prévoir 5€ de Covoiturage plus participation à la visite guidée.
 - Du 13 au 20 Mai 2023: Voyage en Andalousie. Le voyage est complet (37 personnes). A noter qu'il y a 7 personnes de l'AVF Bannalec qui ont rejoint le groupe afin que le voyage soit complet. A la différence du voyage au Portugal de Mai 2022, les départs et arrivée en bus de Concarneau et en avion de Nantes se font en journée et non au milieu de la nuit! Leçon retenue!

Les nouveautés de la bibliothèque

TITRES	AUTEURS
On était des loups	COLLETTE Sandrine
La cité des nuages et des oiseaux	DOERR, Anthony
Les années	ERNAUX, Annie
Chien 51	GAUDE, Laurent
Vivre vite	GIRAUD, Brigitte
La nuit des pères	JOSSE, Gaëlle
Les crimes de nos pères	LARSSON, Asa
Ce que j'aimerais te dire	LEBRETON, Emeric (offert par Denise Bourhis)
L'inconnue de la Seine	MUSSO, Guillaume (offert par Denise Bourhis)
Dans les brumes de Capelans	NOREK, Olivier
La femme du deuxième étage	PAVICIE, Jurica
L'illusion du mal	PULIXI, Piergiorgio
Les sept couleurs du vent	TIRTIAUX, Bernard