

ACCUEIL DES VILLES FRANÇAISES
AVF
ACCUEIL DU NOUVEL ARRIVANT
Cournon






2023
2024



Vous changez de ville?
AVF vous accueille
et vous accompagne.

3 rue des Rivaux
63800 COURNON
Tél : 09 64 42 02 23 - avf.cournon.auvergne@gmail.com

WWW.AVF.ASSO.FR    

L'AVF Cournon vous accueille

L'AVF DE COURNON c'est une équipe de femmes et d'hommes bénévoles qui savent fédérer autour d'eux des adhérents pour les faire participer à la vie de cette association.

C'est grâce aux acquis, aux savoirs et aux compétences de chacun d'entre eux que **L'AVF DE COURNON** avance. Ce lien social est essentiel pour son bon fonctionnement.

Il en résulte de nombreux contacts, des aides, des amitiés qui se tissent au sein du réseau des AVF.

En partenariat avec la municipalité de COURNON les membres de l'association ont la charge d'accueillir les nouveaux arrivants.



L'AVF DE COURNON c'est avant tout un accueil, c'est aussi des activités multiples, des animations, des sorties encadrées, des visites du patrimoine, des voyages, des conférences, une présence sur le terrain à l'occasion de foires ou de salons et plein de projets ...

Chacun trouvera sa place au sein de notre association en consommant d'abord, et en participant ensuite toujours dans la convivialité.

SOYEZ LES BIENVENUS A L' AVF DE COURNON !

Rédaction :

Alain TARDY
Martine ARCHER
Gérard GALBES
François RIGOT

Président
Chargée de communication

Sommaire

| | |
|-----------------------------------|----------------|
| Le mot du Président | 4 |
| Le mot du Maire | 5 |
| Le conseil d'administration | 6 |
| Les accueillants | 7 |
| Qui sommes-nous | 8 |
| Les AVF, vous connaissez? | 9 - 10 |
| Les AVF en Auvergne | 11 |
| Contacts | 12 - 13 |
| Les animations : | |
| Langues | 14 |
| Arts lyriques, Danse, Gymnastique | 15 |
| Découvertes | 16 |
| Arts de vivre | 17 |
| Activités éducatives et ludiques | 18 |
| Peintures | 19 |
| Activités extérieures | 20 - 21 |
| Animations autres | 22 |
| Conditions d'inscription | 23 |
| Planning des animations | 24 - 25 |
| Les missions du réseau AVF | 26 |
| Droits et devoirs de l'Adhérent | 27 |
| Notes | 28 - 29 |
| Nos partenaires | 30 - 31 |

Le mot du Président



En 2024 dans le réseau national Accueil des Villes Françaises, l'antenne AVF de Cournon d'Auvergne va célébrer son **40ème** anniversaire.

Notre Association à Cournon d'Auvergne est née et, au fil des années, s'est développée pour atteindre maintenant plus de 350 adhérents qui, malgré l'épisode covid-19, se sont retrouvés et ressoudés encore plus fortement au sein de l'association.

Maintenant tout reprend vie. Nous devons, tous, tout mettre en œuvre, par notre investissement et/ou participation, pour que notre Association continue d'être pérenne et poursuive ce qui est sa mission première, l'accueil des nouveaux arrivants dans cette ville de Cournon d'Auvergne.

Elle doit aussi s'adapter et, sans perdre de vue notre mission originelle, élargir le lien social que nous avons créé pour y inclure toute personne qui recherche des contacts afin d'éviter de sombrer dans l'isolement et ainsi bénéficier de notre ambiance et du dynamisme de la commune de Cournon d'Auvergne.

Dans un panel important d'animations que nous proposons, de nouvelles sont offertes cette année, vous aurez ainsi un éventail de choix pour apprécier pleinement les activités de l'Association AVF de Cournon d'Auvergne.

Nous comptons sur vous toutes et tous pour promouvoir celle-ci et ainsi assurer, grâce à de nouveaux adhérents, l'avenir de notre

AVF de Cournon d'Auvergne.

Alain TARDY
Président

Le mot du Maire



Cher.e.s administré.e.s,

Comme beaucoup d'entre nous, vous avez fait le choix de venir vous installer dans notre belle ville de Cournon-d'Auvergne, soyez les bienvenu.e.s.

Entre la rivière Allier et les coteaux secs, la Ville bénéficie d'un environnement privilégié qui n'a pas échappé à ses premiers occupant.e.s dont les traces remontent au paléolithique. En dépit de la très forte évolution démographique qui a marqué le 20^{ème} siècle, ce territoire a toujours su s'appuyer sur ses nombreux atouts naturels pour se développer et attirer de nouveaux habitant.e.s. Notre commune a traversé les époques pour devenir aujourd'hui la deuxième ville du département du Puy-de-Dôme en nombre d'habitants.

Au-delà de son patrimoine naturel, Cournon-d'Auvergne dispose de nombreux services : commerces de proximité, cinéma et conservatoire de musique municipaux, activités jeunesse, Point Informations Seniors,... La Ville bénéficiera également prochainement d'un cœur de Ville qui dynamisera notre commune. Il sera traversé par un bus à haut niveau de services qui reliera les différents quartiers de Cournon et Clermont en passant par le Zénith avec une fréquence de passage de 8 minutes.

Afin de faciliter votre adaptation dans votre nouvelle commune, l'antenne cournonnaise de l'association AVF, qui compte plus de 350 adhérent.e.s, vous réserve le meilleur accueil et déploie toute sa compétence pour répondre à vos questions. Elle permet de se rencontrer en participant non seulement à des activités sportives et culturelles, mais aussi en proposant de nombreuses informations utiles. Plus généralement, son but est de créer et renforcer les liens entre les Cournonnais.e.s d'hier, d'aujourd'hui et de demain.

Je tenais à remercier tout particulièrement les bénévoles de l'association pour l'aide précieuse qu'ils apportent aux nouveaux arrivants et transmettre tous mes vœux de réussite au bureau de l'association aux sorties de la crise sanitaire que nous venons de traverser.

Je m'associe également à tous les Cournonnais.e.s pour souhaiter la bienvenue aux nouveaux résident.e.s de notre commune.

François RAGE

Maire de Cournon-d'Auvergne

1^{er} vice-président de Clermont Auvergne Métropole

Président du SMTC

Bureau et conseil d'Administration de l'AVF de Cournon



Alain TARDY
Président



Denis FLORAND
Vice-Président



Claudie MOUTON
Trésorière



Chantal FOURNET-FAYARD
Secrétaire Générale



Martine ARCHER
Communication



Evelyne MASSET
Formation



Geneviève ROUX
Intendance



Michel SCISLOWSKI
Coordinateur des Animateurs



Mireille TARDY
Sorties



Denise RATURAT
Adjointe Intendance



Yves ANDRE
Webmestre
6



Michelle GERENTES
Adjointe sorties

Les Accueillants



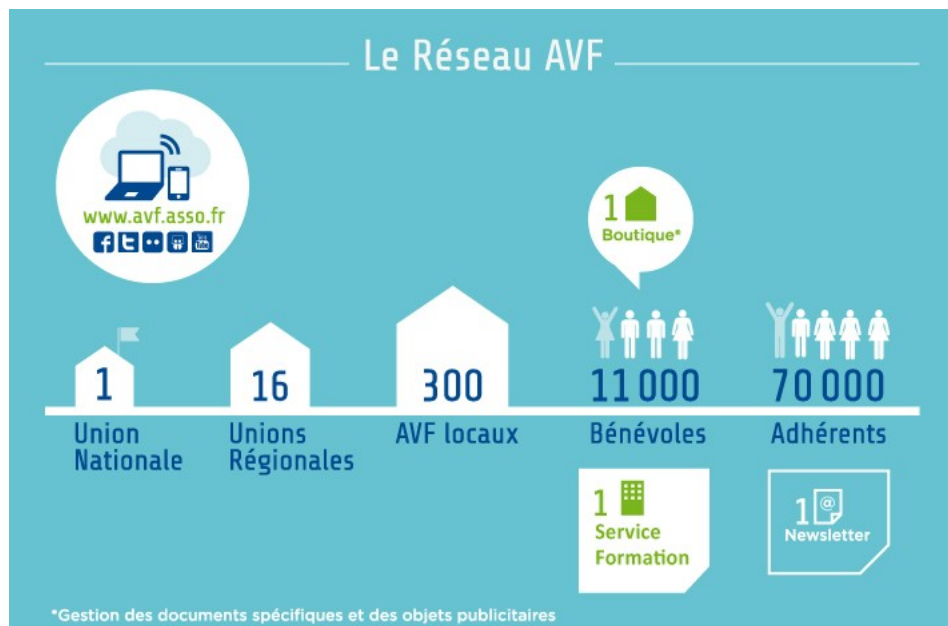
- 1 - Denis FLORAND (Responsable)**
2 - Marie REMY, 3 - Michelle MEDINA, 4 - Martine ARCHER
5 - Fabienne VARAIGNE, 6 - Serge DURAND, 7 - Dominique EYRAUD
8 - Marie-Christine FLORAND, 9 - Michelle GERENTES, 10 - Henri TROUPENAT
11 - Nicole CHAPUIS, 12 - Joël LASSUS, 13 - Monique REGNIER,
14 - Joëlle GALBES

Qui sommes nous ?

Association reconnue d'intérêt général

AVF, association loi 1901, apolitique et non confessionnelle, créée en 1963 est le seul réseau national d'accueil des populations qui déménagent:

C'est le partenaire indispensable pour réussir sa mobilité.



Objectifs:

- ◆ **A**ccueillir et aider l'adaptation des nouveaux arrivants dans la ville et dans sa région.
- ◆ **V**aloriser un bénévolat compétent par des formations reconnues
- ◆ **F**avoriser le partenariat avec la mairie.

Chaque année, 2 millions de Français changent de ville,
1 million de département et 600 000 de région.

Les AVF, vous connaissez ?

DEPUIS PLUS DE 50 ANS LE RÉSEAU AVF EST LA RÉPONSE HUMAINE QUI FACILITE L'INTÉGRATION DES PERSONNES DANS UNE NOUVELLE VILLE OU DANS UN CHANGEMENT DE MODE DE VIE.

Vous changez de ville ou de mode de vie ? AVF vous accueille et vous accompagne.

LA MISSION DES AVF

Au cœur des mobilités, notre mission est d'apporter aux Nouveaux Arrivants un ensemble de services qui faciliteront leur intégration. Nous participons ainsi à l'attractivité, à la découverte et à la promotion des territoires où nous agissons.

OBJECTIFS

Le réseau des bénévoles, pour répondre aux besoins d'accueil, offre :

- Une écoute pour évaluer les besoins des Nouveaux Arrivants et Adhérents,
- Une réponse adaptée à leurs attentes,
- Un accompagnement et un suivi dans le temps pour en garantir l'efficacité.

MOYENS

- Un réseau de bénévoles proches, disponibles et compétents,
- Un Service Formation animé par des professionnel(le)s, pour rester au plus près des enjeux liés aux mobilités.

Le réseau d'Accueil des Villes Françaises

L'Accueil des Villes Françaises de Cournon d'Auvergne a pour mission d'accueillir en priorité les nouveaux arrivants dans notre ville et les personnes en recherche de lien social pour favoriser la création et le développement d'un réseau relationnel.

Afin de mener à bien notre mission d'accueil, nous nous attachons à respecter et promouvoir ces valeurs fondamentales.

Pour remplir au mieux cette mission, notre Association est intégrée dans :

« Le réseau des AVF »

L'accueil au sein de notre AVF ainsi que la gestion et l'animation des nombreuses animations de notre association sont assurés par des bénévoles membres actifs de l'association.

LES PARTENAIRES DES AVF

Les AVF comptent parmi les grandes associations socioculturelles du pays. Pour mener à bien leur mission, les AVF collaborent, en toute indépendance, avec les municipalités, des organismes publics et privés.

LE RESEAU AVF

Les Accueils des Villes Françaises sont des associations loi 1901, sans but lucratif, apolitiques et non confessionnelles.

L'UNAVF est reconnue d'intérêt général depuis 1985. AVF poursuit sa mission auprès des Nouveaux Arrivants depuis sa création en 1963. Avec ses 300 structures locales, ses 70 000 adhérents et ses 11 000 bénévoles compétents, AVF est le seul réseau national d'accueil des personnes qui déménagent ; à ce titre, il est le partenaire incontournable pour faire de la mobilité une aventure réussie.

UN SAVOIR-FAIRE ET UNE EXPERTISE

Le Service Formation, géré par l'Union Nationale AVF, a été créé en 1987 avec pour objectif de privilégier un bénévolat compétent et, grâce à des formateurs diplômés (CUFRA, DUFRA ou autre), dispense un savoir-faire à plus de 2 000 stagiaires par an.

Les AVF en AUVERGNE

12 AVF :

**AUBIERE • AURILLAC • BRIOUDE • CEBAZAT •
CHAMALIERES-ROYAT •
CLERMONT-FERRAND • COURNON •
LE PUY-EN-VELAY • MOULINS • RIOM • THIERS
• VICHY**

3000 adhérents;

**600 bénévoles assurent avec compétence
et dynamisme le fonctionnement des
Associations locales dans chacun des
quatre départements**

COURNON

356 Adhérents

56 Bénévoles

Comment ?

Nous contacter

ACCUEIL DES VILLES FRANÇAISES



Cournon

ACCUEIL DES VILLES FRANÇAISES
3 rue des Rivaux

63 800 - COURNON - D'Auvergne

☎ 09 64 42 02 23

Site internet : <https://avf.asso.fr/cournon>

Courriel : avf.cournon.auvergne@gmail.com

Adhérer

| | | |
|------------------------------|---|------|
| Cotisation individuelle | : | 40 € |
| Cotisation bénévole | : | 20 € |
| Cotisation étudiant, chômeur | : | 20 € |

L'adhésion permet :

- de participer à toutes les activités proposées,
- de participer aux animations et sorties,
- de recevoir les news letters AVF,
- d'accéder à l'espace adhérent du site internet de Cournon.

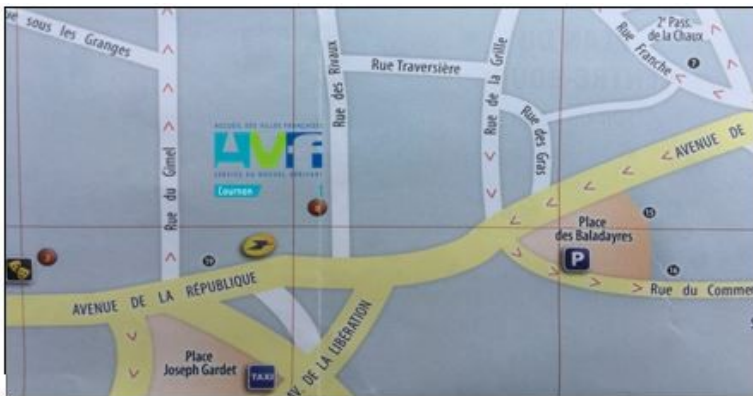
Où ?

Nous rencontrer

QUELQUES MODALITES POUR ASSURER LE BON FONCTIONNEMENT DES AVF COURNON

OU NOUS RENCONTRER A COURNON ?

Au 3 rue des Rivaux



Les mardis et les samedis de 09H30 à 11h30

(Hors vacances scolaires)

Pour information

La cotisation couvre les assurances, les frais de secrétariat et de communication, les frais liés à l'accueil, les formations des bénévoles AVF, les cotisations à l'Union Régionale des AVF.

Les langues

ANGLAIS

2 groupes de 15 participants



CONVERSATION :

Expressions usuelles et utiles pour la vie quotidienne

Mots croisés. Expressions idiomatiques utiles,

Prononciation à l'anglaise,

Petits jeux de rôles, à plusieurs, pour parler

et mettre en scène des moments de la vie pratique

Grammaire anglaise : Règles et Exercices d'application

à faire à la maison.



You're Welcome !

Michel VARAIGNE

ESPAGNOL

2 groupes de 15 participants

DEBUTANTS

Vous aimez la culture espagnole et vous souhaitez
prendre possession des bases linguistiques.

Pour y parvenir, venez nous rejoindre pour une
première prise de contact.

A bientôt.



Thérèse JASINOWSKI



CONVERSATION

Si vous avez fait quelques années d'espagnol à l'école
ou équivalent et souhaitez progresser pour gérer les
situations de la vie courante, venez participer à ce groupe
convivial basé sur la conversation, la culture, les points de
grammaire indispensables et les tournures spécifiques à la
langue espagnole,...



Narcis NIERGA
Éliane NIERGA

Arts lyriques, Danse, Gymnastique

DANSES EN LIGNE ET DE SALON

3 groupes de
35 participants



Aujourd'hui la danse est à la mode. C'est une discipline ,classée sportive. On peut diviser les danses en deux groupes:-"Danses en ligne" (on danse seul(e) et en ligne) et "Danses de Salon" (ou danses de couple). Les danses en ligne permettent de danser toutes sortes de danses: Rock, Tango, Charleston, Rumba, Madison, danses avec chorégraphie facile.

La danse de Salon vous permettra de danser en couple: Paso-doble, Tango, Rumba, Bachata, Rock, Samba, Quick Step, etc. Chacun(e) y trouvera sa place : débutants ou confirmés. Rejoignez nous vite et partageons ensemble cette belle passion...



Patrice FECHTIG
Isabelle FECHTIG

CHANT

16 participants



Activité chant atout cœur: 5 après midi où l'on chante dans la joie et la bonne humeur une douzaine de chants du répertoire de presque 400 chansons anciennes ou nouvelles, classiques ou contemporaines, françaises de préférence ou anglaises, accompagnées d'un piano orgue pour la justesse du son:

Brel, Ferrat, Verdi ...



Odile CLERIOT

GYMNASTIQUE D'ENTRETIEN

2 groupes de 35 participants



Une gymnastique d'entretien, adaptée à chaque personne, ouverte à tous, dans une ambiance chaleureuse et conviviale.

La diversité des mouvements : renforcement musculaire, abdos, fessiers, étirements, vous permettra d'entretenir votre dynamisme tout en optimisant vos potentialités physiques. Vous gagnerez en tonus, énergie et souplesse. La souplesse c'est la jeunesse.



Christine BERGERAT

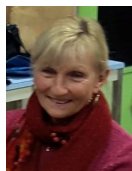
Les découvertes

DÉCOUVERTES LITTÉRAIRES

2 groupes de
13 participants



On les aime un peu... beaucoup.. à la folie.
Dans une ambiance conviviale et chaleureuse,
nous vous accueillons un lundi et un jeudi par mois
pour un l'atelier lecture-rencontre.
C'est une animation organisée pour rassembler
des lecteurs souhaitant partager et échanger au-
tour des livres. Venez parler,
Faire découvrir et partager votre passion..



Chantal MELOT
Marie-Hélène ROY

GENÉALOGIE

16 participants



"Un être ne meurt vraiment que lorsqu'il est oublié".
Évitons cela à nos ancêtres.
Faites des recherches passionnantes.
Elles vous permettront de connaître
vos ancêtres, votre famille.
Élaborez votre arbre généalogique.



Les réunions ont lieu les semaines impaires le vendredi à 18h00

Alain TARDY
Denis FLORAND

ŒNOLOGIE

17 participants



L'œnologie est la science qui a pour objet l'étude et
la connaissance du vin et tout ce qui tourne autour.
La dégustation du vin est la technique qui permet
de goûter un vin et d'en apprécier les qualités et les
arômes.
Lors des séances d'œnologie vous apprendrez
à déguster le vin, vous découvrirez les bases de la
dégustation et les accords mets et vins.



Gérard GALBES

Les Jeux de Société

BRIDGE



Le bridge ce n'est pas ce que l'on croit réservé à une élite, c'est un jeu passionnant il possède une image contrastée. Souvent décrit comme un jeu possédant des règles complexes, il est pourtant le jeu de cartes le plus complet, réflexion, esprit d'équipe, convivialité.

Venez nous rejoindre débutants et joueurs confirmés, c'est le sport de l'esprit et il s'adresse à tous. Plusieurs possibilités s'offrent à vous :

Le tournoi pour les plus avertis

Les cours de perfectionnement

Le bridge détente entre amis.

Et une formation pour les débutants.

Un fabuleux jeu de cartes à découvrir...



Pierre VERNET

Gérard PROFÈTE

SCRABBLE

24 participants



Venez former des mots sur une grille à partir de lettres qu'on a tirées au hasard



Jean-Pierre COPPENS

15 participants

BELOTE / TAROT

16 participants



Belote & Tarot sont parmi les jeux de cartes les plus joués en France !

Comparables par certains aspects, les joueurs ont pourtant leur préférence...

Pour disputer ensemble. Dans la bonne humeur



Christian MALERGUE

Lucette RIVET

Les éducatifs et ludiques

COUTURE

30 participants



Nous sommes là pour vous :

Apprendre à coudre, couper,
personnaliser votre garde-robe,
Vous guider dans vos réalisations.

Juste un conseil? Vous êtes les bienvenus!



Raymonde IBRY
Marie-Thérèse CHAMPCLOS

CUISINE

10 participants



L'atelier de cuisine se réunit 1 fois par mois.
Tour à tour, chacun des participants nous fait
découvrir son plat et dessert favori.

Pendant ces cours, chacun participe à
l'élaboration de la recette et repart à la maison
avec le menu confectionné.



Roland SUREAU

LOISIRS CRÉATIFS

12 participants



Fabriquer quelque chose de ses mains, redonne
confiance en soi, développe l'imagination, la
concentration et la créativité.

Au plaisir de faire soi-même, s'ajoute celui d'offrir
à un proche un petit bout de son imaginaire.

L'objet fait main est un don du cœur.

...

Gisèle COPPENS



Les peintures

PEINTURE AQUARELLE

2 groupes de
15 participants



L'aquarelle est une peinture qui se travaille avec des pigments et de l'eau, sur la transparence de ses couleurs. Venez nous rejoindre pour apprendre les techniques dans la joie et la bonne humeur.



Gisèle COPPENS

Michelle ALLIOT

PEINTURE SUR PORCELAINE

15 participants



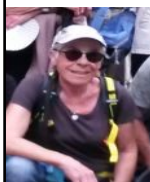
Chacune est libre de son choix, naturellement, et travaille sur différents projets, souvent en vue de cadeaux pour famille ou amis.



Odette LAVAUD

PEINTURE TOUS SUPPORTS

10 participants



Peinture à l'huile ou acrylique « tous supports »
Premiers pas ou acquisition de compétences
Expression libre

Décoration « tous supports »
Réalisation d'ouvrages à l'aide de transferts et pochoirs sur tissu, bois, métal...
dans une ambiance d'échanges et convivialité.



Colette CUSIN-RATS

Activités extérieures



MARCHE HENRI

Au programme : curiosités de la nature selon les saisons, découverte de petits villages anciens. Rejoignez-nous pour une marche conviviale à la découverte de la nature et de superbes paysages.



↘↗ 50 m

3 à 6 km

2 km/h

Henri TROUPENAT



MARCHE COLETTE

Découverte Faune, Flore et Patrimoine
Possibilité de marches à la journée en juin et juillet.



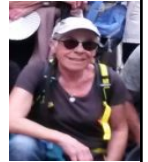
↘↗ 200 m

8 à 10 km

3 km/h

Colette CUSIN-RATS

Jean-Clément BERNARD & François RIGOT



MARCHE ANDRÉ

C'est avec beaucoup de plaisir que le jeudi nous accueillons des marcheurs pour des moments agréables dans notre région.



↘↗ 300 m

8 à 12 km

3,5 km/h

André BIEGNON

Pierre ALLIOT



MARCHE PIERRE

nous essayons de varier les plaisirs entre plaine et montagne
Pour cela, notre région nous procure une multitude de lieux de randonnée



↘↗ 350 m

8 à 13 km

3,5 km/h

Pierre ALLIOT

André BIEGNON



Activités extérieures



MARCHE YVES



Nous nous retrouvons en moyenne à 25 marcheurs ; les années passant nous essayons de nous limiter à 300 mètres de dénivelé total.



| | | |
|----------|-----------|----------|
| ↘↗ 350 m | 8 à 13 km | 3,5 km/h |
|----------|-----------|----------|

Yves ANDRE
Joël LASSUS



MARCHE JACQUES



Ce groupe de Marche Tonique ... Dès les beaux jours, des sorties à la journée avec pique-nique seront proposées.



| | | |
|----------|-----------|----------|
| ↘↗ 350 m | 8 à 13 km | 3,5 km/h |
|----------|-----------|----------|

Jacques LARROQUE
Gérard. GALBES & Denis. FLORAND



MARCHE CHRISTIAN



Les marches peuvent se faire soit de 13h à 18h, soit à la journée avec pique-nique tiré du sac. Nous faisons pas mal de dénivelés, notre terrain favori est la partie montagneuse.



| | | |
|-----------------|------------|----------------|
| ↘↗ 250 à 1200 m | 15 à 20 km | 4,3 à 4,5 km/h |
|-----------------|------------|----------------|

Christian MALERGUE
Jean-Paul MEUNIER & Corine SERPOLET

LA PÉTANQUE



Une partie de pétanque, Ça fait plaisir.
La boule part et se planque comme à loisir.
Tu la vises et tu la manques. Change ton tir!
Une partie de pétanque, Ça fait plaisir.
Les lundis et/ou vendredis



Lucette RIVET
Patricia PIERRAT

Les animations autres

CINEMA



Le dernier Lundi de chaque mois, nous nous retrouvons vers 18h au cinéma «GERGOVIE» pour voir ensemble un film à l'affiche ce jour-là.

Ensuite, nous nous retrouvons dans un bar afin d'échanger nos impressions autour d'un verre.



Evelyne GEORGES

RENCONTRES CONVIVIALES



Cette nouvelle animation **rencontre** est centrée sur un échange amical entre toutes les personnes souhaitant se **rencontrer** pour tisser un lien social en se réunissant les derniers mardis de chaque mois.

Nous nous **rencontrerons** pour converser, bavarder à bâtons rompus et en toute liberté dans un climat de tolérance car ces **rencontres** ont pour but de favoriser les échanges, de rompre le repli sur soi et de passer un agréable moment.



Chantal MELOT
Marie-Hélène ROY

SOPHROLOGIE

12 participants



Des séances de groupe afin de vous faire découvrir l'univers de la sophrologie et ses bienfaits. mouvements (doux) de relaxation dynamique, exercices respiratoires et techniques de visualisations positives seront mis à votre disposition pour renforcer et cultiver le positif dans votre quotidien.

La sophrologie c'est passionnant et c'est chouette.



Linda GARCIA

Important

- ◆ Pour pratiquer une ou plusieurs activités, chacun doit venir avec son matériel personnel.
- ◆ Pour les activités, les nouveaux arrivants et adhérents sont prioritaires.
- ◆ Pour les marches, un certificat médical est requis pour la première année de participation. Ensuite un questionnaire de santé est suffisant sauf cas particuliers.

Niveaux de difficulté :



Très facile



Facile



Moyenne



Soutenue

AVF COURNON D'AUVERGNE - PLANNING DES ACTIVITÉS

| Jour | Activité | 7 H | 8 H | 9 H | 10 H | 11 H | 12 H | |
|-----------------|---|-----|------|------|------|------|-------|-----------|
| Lundi | COUTURE Initiation / Perfectionnement | | 8:00 | | | | 12:00 | |
| | BRIDGE Tournois | | | | | | | |
| | PETANQUE | | | | | | | |
| | ANGLAIS Conversation Gr. 1 | | | | | | | |
| | ANGLAIS Conversation Gr. 2 | | | | | | | |
| | ACTIVITE CINEMA 2e du mois | | | | | | | |
| | BRIDGE Initiation (6 mini) | | | | | | | |
| | BELOTE | | | | | | | |
| Mardi | DECOUVERTES LITTERAIRES 3e du mois | | | | | | | |
| | ESPAGNOL Initiation | | | 9:30 | | | 11:00 | |
| | PERMANENCE ACCUEIL | | | 9:30 | | | 11:30 | |
| | PEINTURE PORCELAINE Initiation / Perfectionnement | | | | | | | |
| | MARCHE HENRI | | | | | | | |
| | MARCHE COLETTE | | | | | | | |
| | MARCHE YVES | | | | | | | |
| | MARCHE PIERRE | | | | | | | |
| | LOISIRS CREATIFS Init. / Perf. - 2 /mois | | | | | | | |
| | SOPHROLOGIE 1e du mois | | | | | | | |
| Mercredi | RENCONTRES CONVIVIALES 3e ou 4e du mois | | | | | | | |
| | BRIDGE Jeux libres | | | | | | | |
| | ESPAGNOL Conversation | | | 9:30 | | | 11:00 | (CS1 + CS |
| | AQUARELLE Initiation / Perfectionnement | | | | | | | |
| | TAROT | | | | | | | |
| Jeudi | SCRABBLE | | | | | | | |
| | BRIDGE Perfectionnement Sauf 3e du mois | | | | | | | |
| | CENOLOGIE 3e du mois (15 € la séance) | | | | | | | |
| | GYMNASTIQUE d'ENTRETIEN Groupe 1 | | 8:00 | | | 9:40 | | |
| | GYMNASTIQUE d'ENTRETIEN Groupe 2 | | | 9:15 | | | 10:25 | |
| | AQUARELLE | | | 9:30 | | | 11:30 | |
| | MARCHE CHRISTIAN | | | | | | | |
| | MARCHE JACQUES | | | | | | | |
| Vendredi | MARCHE ANDRE | | | | | | | |
| | PEINTURE HUILE / TOUS SUPPORTS Init. / Perf. | | | | | | | |
| | DECOUVERTES LITTERAIRES 2e ou 4e du mois | | | | | | | |
| | RESERVE CA AVF | | 8:00 | | | | 12:30 | |
| | CUISINE 1e du mois | | 8:30 | | | | 11:45 | |
| | PETANQUE | | | | | | | |
| | CHANT 5 ou 6 /an | | | | | | | |
| Samedi | DANSE EN LIGNE Gr. 1 (Débutant) | | | | | | | |
| | DANSE DE SALON | | | | | | | |
| | DANSE EN LIGNE Gr. 2 (Expérimenté) | | | | | | | |
| | GENEALOGIE Semaines impaires | | | | | | | |
| | PERMANENCE ACCUEIL | | | 9:30 | | | 11:30 | |
| | | 7 H | 8 H | 9 H | 10 H | 11 H | 12 H | |

Local AVF
3, rue des RIVAUX

Centre Social 1
3, rue des RIVAUX

Centre Social 2
3, rue des RIVAUX

ET OCCUPATION DES SALLES - SAISON 2023 - 2024

| 12 H | 13 H | 14 H | 15 H | 16 H | 17 H | 18 H | 19 H | 20 H | 21 H | 22 H | 23 H | Animateur |
|----------------|-------|-------|-------|-------|-------|-------------|-------|-------|-------|------|------|---------------------|
| (AVF + CS 1&2) | | | | | | | | | | | | Raymonde IBRY |
| | 13:30 | | | | | 18:00 | | | | | | Gérard PROPHETE |
| | 13:30 | | | | | 16:30 | | | | | | Lusette RIVET |
| | | 14:30 | | | | 16:00 | | | | | | Michel VARAIGNE |
| | | | 16:30 | | | 18:00 | | | | | | Michel VARAIGNE |
| | | | | | 18:00 | | | 21:00 | | | | Evelyne GEORGES |
| | | | | | 18:00 | | | 20:30 | | | | Pierre VERNET |
| | | | | | | (AVF / CS2) | 20:00 | | 23:00 | | | Christian MALERGUE |
| | | | | | | | 20:30 | | 22:00 | | | Chantal MELOT |
| | | | | | | | | | | | | Thérèse JASINOWSKI |
| | | | | | | | | | | | | Denis FLORAND |
| | 13:30 | | | | | 16:00 | | | | | | Odette LAVAUD |
| | 13:30 | | | | | 17:00 | | | | | | Henri TROUPENAT |
| | 13:30 | | | | | 18:00 | | | | | | Colette CUSIN-RATS |
| | 13:30 | | | | | 19:00 | | | | | | Yves ANDRE |
| | 13:30 | | | | | 19:00 | | | | | | Pierre ALLIOT |
| | 14:00 | | | | | 18:00 | | | | | | Gisèle COPPENS |
| | 14:00 | | | | | 16:00 | | | | | | Linda GARCIA |
| | | 14:30 | | | | 16:00 | | | | | | Chantal MELOT |
| | | | | | | | | 20:00 | | | | Gérard PROPHETE |
| (CS2) | | 14:00 | | | | 16:00 | | | | | | Narcis NIERGA |
| | | 14:00 | | | | 17:00 | | | | | | Gisèle COPPENS |
| | | 14:00 | | | | 17:00 | | | | | | Lucette RIVET |
| | | 14:00 | | | | 17:00 | | | | | | Jean-Pierre COPPENS |
| | | | 16:30 | | | 19:00 | | | | | | Pierre VERNET |
| | | | | | 18:00 | | | 20:30 | | | | Gérard GALBES |
| | | | | | | | | | | | | Christine BERGERAT |
| | | | | | | | | | | | | Christine BERGERAT |
| | 13:00 | | | | | 19:00 | | | | | | Christian MALERGUE |
| | 13:30 | | | | | 19:00 | | | | | | Jacques LARROQUE |
| | 13:30 | | | | | 18:30 | | | | | | André BIEGNON |
| | | 14:00 | | | | 17:00 | | | | | | Colette CUSIN-RATS |
| | | 14:00 | | | | 16:30 | | | | | | Chantal MELOT |
| 13:30 | | | | | | | | | | | | Alain TARDY |
| | 13:30 | | | | | 16:30 | | | | | | Rolland SUREAU |
| | 14:00 | | | | | 16:00 | | | | | | Lusette RIVET |
| | | 15:00 | | | | 16:00 | | | | | | Odile CLEROT |
| | | | 16:00 | | | 17:00 | | | | | | Patrice FECHTIG |
| | | | | 17:00 | | 18:00 | | | | | | Patrice FECHTIG |
| | | | | | 18:00 | | | 20:30 | | | | Alain TARDY |
| | | | | | | | | | | | | Denis FLORAND |

JL. BERTRAND
14, Bd PASTEUR

M. CITOYEN
16 Imp. des DÔMES

EXTERIEUR
(Hors salles)

La Mission du Réseau AVF

Accueillir en priorité les nouveaux arrivants dans nos villes et les personnes en recherche de lien social pour favoriser la création et le développement d'un réseau relationnel, en s'appuyant sur un principe fondateur,

**L'incitation au bénévolat
et
sur des valeurs partagées.**

Vous vous êtes inscrits aux AVF de Cournon et nous vous en remercions.

AVF ne fonctionne pas comme un Centre de Loisirs, Il est important que les compétences de chacun soient mises au bénéfice de tous les adhérents.

Aussi, au terme des trois années de votre adhésion aux AVF, il serait souhaitable que vous puissiez vous engager à participer en donnant un peu de votre temps à la bonne marche de l'association en devenant bénévoles ou en animant de nouvelles activités.

Être adhérent donne le droit :

- ◆ De s'exprimer au cours de l'Assemblée Générale,
- ◆ De se présenter pour devenir membre du Conseil d'Administration,
- ◆ D'être informé (plaquette annuelle, programmes trimestriels),
- ◆ De participer aux différentes animations.

Être adhérent donne le devoir

- ◆ De respecter le règlement intérieur adopté en Assemblée Générale,
- ◆ D'avoir l'esprit d'Accueil,
- ◆ D'être partie prenante dans la vie de l'Association,
- ◆ D'envisager de prendre une responsabilité afin d'assurer la relève des bénévoles qui en assument le fonctionnement.

Nos Partenaires ...



**Ferme Chantaduc
Le Couhalion
63210 Aurières
Tèl : 06 34 66 09 08**



**Micro brasserie 'BALM'
27 route du Cendre
63800 Cournon d'Auvergne
Tèl : 04 73 62 04 08**



**Boulangerie Le Moulin des Dunes
42 rue Plaines
63800 Cournon d'Auvergne
Tèl : 04 73 84 50 31**



**La Galerie des saveurs
17 rue du commerce
63800 Cournon d'Auvergne
Tél: 09 87 77 52 79**



**Fourni Buro
25 route du Cendre
63800 Cournon d'Auvergne
Tél : 04 73 62 31 35**



**SARL A. Capriotti
Maçonnerie Générale
Neuf et Rénovation
63117 Chauriat**

Nos Partenaires ...



Mairie de COURNON
Place de la Mairie
63800 Cournon d'Auvergne
Tèl : 04 73 69 90 00



Crédit Agricole
COURNON LE LAC
39bis avenue de la libération
63800 Cournon d'Auvergne
Tèl : 04 73 74 43 85



Master PC
3 avenue de la libération
63800 Cournon d'Auvergne
09 54 02 53 25



La Baie des Singes
6 avenue de la République
63800 Cournon d'Auvergne
04 73 77 12 12
reservation@baiedessinges.com



Cave Saint Vincent
14-16 avenue de l'Allier
63800 Cournon d'Auvergne
Tèl : 04 73 77 07 39



Véronique Thomaron
Praticienne en Massages Bien-être
10 rue Victor Hugo
63800 Cournon d'Auvergne
06 86 95 66 50
zenituderelax.com

C'EST PEUT-ÊTRE LE BON MOMENT POUR VOUS



POUR DEVENIR PROPRIÉTAIRE.

NOS CONSEILLERS VOUS ACCOMPAGNENT
DANS TOUTES LES ÉTAPES DE VOTRE PROJET :
DE SA PRÉPARATION À SA CONCRÉTISATION.
POUR QUE TOUT SOIT CLAIR.

AGIR CHAQUE JOUR DANS VOTRE INTÉRÊT
ET CELUI DE LA SOCIÉTÉ



CENTRE FRANCE

Caisse Régionale de Crédit Agricole Mutuel de Centre France. Société coopérative à capital variable agréée en qualité d'établissement de crédit - Siège social : 3, avenue de la Libération - 63045 Clermont-Ferrand cedex 9. Siren 445 200 488 RCS Clermont-Ferrand - Société de courtage d'assurance inscrite au Registre des intermédiaires en Assurance sous le n° 07 023 162. Découvrez notre politique de protection des données personnelles sur notre site internet www.credit-agricole.fr/ca-centrefrance ou sur demande dans une agence. Crédit photo iStock.04/2022.