

LE PETIT JOURNAL DE L'ASSOCIATION

Janvier 2025

N° 160

ÉDITO



L'association a repris ses activités depuis plusieurs semaines maintenant. Suite au forum des associations et à la bonne publicité faite sur notre association, de nombreuses personnes nous ont rejoints cette année : nous leur souhaitons la bienvenue.

De ce fait, nous sommes déjà presque aussi nombreux qu'à la fin du dernier exercice. Les marcheurs sont très nombreux à profiter du grand air, de même dans les ateliers l'affluence est soutenue. De nouvelles activités ont démarré et de nouvelles idées se concrétisent, cela nécessite de nouveaux animateurs.

Nous l'avons attendu, il a fini par arriver, l'agrément J.E.P. (Jeunesse et Éducation Populaire) nous est octroyé pour 5 ans et nous permet de profiter de réductions de charges.

Si l'arrivée de Bernadette à la vice-présidence s'est concrétisée pendant l'été, le remplacement de Nadine, notre trésorière, a été plus tardif. Il nous a fallu attendre l'Assemblée Générale pour avoir un nouveau trésorier : Luc. Un trésorier-adjoint serait bien nécessaire afin de garantir une continuité du fonctionnement de l'association.

Lors de la prochaine Assemblée Générale, en octobre 2025, une partie du Conseil d'Administration sera à renouveler, certains membres ne souhaitant pas se représenter, des postes seront donc à pourvoir, n'attendez pas le dernier moment pour vous intéresser au fonctionnement de l'association.

Les réunions du Conseil d'Administration ainsi que les commissions sont ouvertes à tous, vous pouvez y participer en vous inscrivant aux permanences ou auprès des membres du C.A.

Je vous souhaite de joyeuses fêtes de fin d'année et vous présente tous mes meilleurs vœux pour 2025.

Le Président : Gérard MELLIN

LE CONSEIL d'ADMINISTRATION 2024-2025

LE BUREAU

- PRÉSIDENT : M. MELLIN Gérard
- VICE-PRÉSIDENTE : Mme CORVISIER Bernadette
- SECRÉTAIRE : Mme ROGIER Myriam
- SECRÉTAIRE-Adjointe : Mme GROT Marthe
- TRÉSORIER : M. LEDOUX Luc

LES MEMBRES

- Mme HORN Éliane
- Mme ILLIEN Nelly
- Mme KERMOAL Martine
- Mme LEZORAINE Michelle
- Mme POSTEL Josette

PRÉSIDENTES D'HONNEUR

- JAOUEN Germaine
- KERBAOL Simone

RAPPEL

Comme chaque année, les activités de l'association sont en sommeil pendant les vacances scolaires.

Pour info : les salles ne sont pas chauffées pendant cette période.

Reprise des activités le **lundi 6 janvier 2025**.

Les membres du Conseil d'Administration, les animateurs, les bénévoles, toute l'équipe du Kreiz-Ker, se joignent à Gérard Mellin, Président, et vous souhaitent une bonne et heureuse année. 2025.



Le 15 octobre, a eu lieu, comme chaque année, l'Assemblée Générale Ordinaire de l'association, afin de faire le point sur les bilans moraux et financiers et sur les différentes activités réalisées au cours de la période 2023-2024 ainsi que sur les projections 2024-2025.

En attendant le début de la séance, un diaporama sur fond musical présentant les différentes activités et réalisations a été projeté sur grand écran au grand bonheur du public.

À 16 h 30, le quorum étant atteint, cette 19^e A.G. a pu valablement délibérer, en présence de Christine TANGUY, adjointe aux « politiques sociales, solidarités et handicap » à la mairie de LANNION, et de Tiphaine ROBBE, responsable du pôle « personnes âgées » au CCAS, chacune expliquant brièvement leur fonction respective.

Gérard MELLIN, président de l'association, a présenté les membres du bureau qui œuvrent avec dévouement au bon fonctionnement du Kreiz-Ker. Il a présenté Bernadette, une nouvelle venue, qui a été cooptée pour une année au poste de vice-présidente par le Conseil d'Administration, en attendant les prochaines élections qui auront lieu le 10 octobre 2025.

Il a remercié la ville de LANNION pour le prêt des salles et l'aide des services techniques lors des divers événements organisés par l'association.

En 2023-2024, 345 adhérents ont participé aux nombreuses activités proposées pour la somme modique de 20 €, représentant la cotisation annuelle. Seules quelques activités sont payantes afin de rémunérer les animatrices salariées.

Depuis la rentrée, la brain-gym n'est plus dispensée suite au départ non remplacé de Carolla qui a pris sa retraite.

Diverses activités sont propices à garder un lien social et d'échanges, de savoirs et d'informations.



Parmi elles, les goûters : Noël, galette des Rois, Chandeleur, Loto et jeux divers sont toujours très appréciés.

Les deux « Portes Ouvertes » effectuées en septembre 2023 et juin 2024, ont été très fréquentées et prouvent leur utilité car elles attirent de nouveaux adhérents. (76 nouvelles adhésions à ce jour)

En remerciement pour son engagement en tant que présidente pendant 8 années, il a été décidé, à l'unanimité, de nommer Germaine JAUOEN présidente d'honneur.

Ont suivi :

- les remerciements aux bénévoles de la commission « communication » et à l'équipe d'écriture du *Petit Journal*, composée d'une dizaine de personnes qui alimentent à travers plusieurs articles notre journal paraissant trois fois par an.
- les remerciements aux membres de la commission « Sorties et Voyages ». (des volontaires pour proposer et aider à l'organisation des sorties et voyages seront les bienvenus lors de la prochaine réunion).
- et les remerciements pour les 4.000 heures de travail effectuées par les membres du bureau (13 réunions C.A.) et les bénévoles qui animent les activités ou qui participent aux commissions.

Le rapport moral a été voté à l'unanimité par l'assemblée.

Myriam, secrétaire, a présenté le bilan très détaillé et précis de toute l'activité de l'année 2023-2024 qui a été voté à l'unanimité.

Les permanences sont toujours tenues, au local du Kreiz-Ker, les lundis et jeudis de 10 h à 12 h.

Pour 2024-2025 : toutes les activités ont été annoncées, avec une nouveauté cette année : des cours d'anglais.

Nadine, trésorière, a commenté le bilan financier 2023-2024, très explicatif et complet, preuve d'un travail réalisé très sérieusement. Elle a présenté le budget prévisionnel 2024-2025 et a également confirmé son départ du bureau.

Les deux bilans ont été votés à l'unanimité par l'assemblée.

Pour l'année à venir, Bernadette a insisté sur le fait que les bénévoles seront les bienvenus pour aider au fonctionnement de l'association, et surtout qu'il faut trouver rapidement un trésorier ou une trésorière, sous peine de remettre en cause la continuité de notre association.

L'appel a été entendu puisque Luc a proposé sa candidature, connaissant les principes de la comptabilité. Il s'adaptera au logiciel utilisé au Kreiz-Ker, engagement très applaudi par l'ensemble des participants.

Un bouquet de fleurs a été remis à Germaine et une plante à Nadine pour les remercier de leurs années d'engagement au Conseil d'Administration du Kreiz-Ker.

Avant de conclure cette assemblée, Gérard a précisé que l'année prochaine les 20 ans de notre association seront fêtés dignement, avec buffet ou repas et animation musicale.

À 18 h, l'Assemblée Générale était close : le moment était venu de partager le verre de l'amitié et de goûter aux nombreuses gourmandises salées et sucrées proposées à l'ensemble des invités.

REGARD SUR LE FORUM DES ASSOCIATIONS.



Bonjour Christine, pouvez-vous me dire quelle est votre fonction au Kreiz-Ker ?

Je suis membre de l'association et bénévole. J'assiste, en tant qu'invitée, à chaque Conseil d'Administration depuis la dernière assemblée générale et je

m'implique en donnant de mon temps dès que l'association organise un événement.

C'est pourquoi vous êtes présente à la manifestation de ce jour ?

Oui, il y a eu une réunion de préparation avec les membres du C.A. et à la demande de ce dernier j'ai proposé de tenir une permanence au stand lors du forum.

Combien de temps y avez-vous consacré ?

J'ai été présente trois heures dans l'après-midi pendant lesquelles j'ai accueilli et renseigné les personnes intéressées par les activités proposées.

Selon vous, quel genre de public a été séduit par le stand de l'association ?

Il y a eu, bien sûr, certains anciens membres du Kreiz-Ker qui ont

renouvelé leur adhésion pour 2024-2025, d'autres se sont présentés comme nouveaux retraités (ou futurs retraités) en recherche d'une activité, d'autres ont accompagné un parent vieillissant pour lequel la solitude pesait et l'ont encouragé à trouver une activité. J'ai vu parfois le regard changer, s'éclairer quand j'ai parlé de la convivialité et des nouvelles rencontres qui se font lors des animations comme les goûters, les sorties, etc.

Il y a eu, aussi, des jeunes actifs qui ont déploré que les créneaux horaires proposés correspondent à leurs horaires de travail. Certains ont même suggéré d'ouvrir l'association le samedi !

Pensez-vous qu'il soit bénéfique pour l'association d'être présente lors de cette manifestation annuelle ?

Absolument ! Le forum est un moment privilégié pour présenter le Kreiz-Ker. C'est un lieu d'échanges entre les membres bénévoles et le public. C'est aussi l'endroit où le contact se fait et où la décision finale dépend de l'accueil qui est réservé à chacun.

Pour ma part, lors du forum de 2023, j'ai été accueillie très chaleureusement par Mme Jaouen (alors présidente) et c'est à l'issue de cette rencontre que j'ai décidé de prendre mon adhésion au Kreiz-Ker.

Il faut donc penser à renouveler cette manifestation l'an prochain !

VIVA ESPAÑA !

Le samedi 28 septembre 2024, 19 adhérents ont mis le cap sur l'Andalousie

Après une escale à Benalmàdena avec dégustation de sardines, nous avons rejoint Grenade.

La 8e merveille du monde, l'Alhambra, majestueux palais et ses jardins nous ont ébahis comme les 3 millions de visiteurs chaque année.

Pour s'en remettre il nous fallait un spectacle de flamenco en buvant une sangria...

Le soir, certains ont assisté à la procession de la vierge de las Augustias portée par 40 hommes en présence de l'évêque, des autorités et de la fanfare de l'armée.

Avant de rejoindre Cordoue, nous avons fait le plein d'huile d'olives (les valises seront plus lourdes !).

Après le repas de tapas, nous avons visité cette mosquée cathédrale entre les 850 colonnes de granit et de jaspe. La mosquée est la plus grande du monde après celle de la Mecque. Elle fut reprise aux Musulmans et redevint une cathédrale.

Profitant d'une température très agréable (27 degrés à 21 h) une visite de Séville by night s'imposait : la place d'Espagne, la cathédrale, les pavillons des expositions de 1929 et 1992.

On ne peut venir à Séville sans rentrer dans la cathédrale et même monter jusqu'au sommet du minaret la Giralda. Les marcheurs de Kreiz-Ker n'ont pas hésité !

La famille Royale d'Espagne n'était pas là, nous avons visité l'Alcazar, le palais fortifié, ses patios et ses jardins. Après tous ces émerveillements, nous dormions dans un monastère de Cadix .

Le taureau est le symbole national de l'Espagne, nous avons assisté à un spectacle de taureaux et de chevaux Andalous avant de rejoindre Gibraltar.

Malaga : c'est bien sûr le vin doux mais aussi la ville natale de Picasso, ses plages et son centre historique.

Ce séjour s'est déroulé dans une ambiance très conviviale, autour de bons repas, de bons verres.

Le guide Stéphane nous a comblés de ses commentaires sur les monuments, sur la vie espagnole.

Tout le groupe garde des souvenirs magnifiques et la bonne humeur entre tous les participants.



LES NOUVEAUTES

Do you speak english ?

Cette année, une nouvelle activité a démarré au Kreiz-Ker avec Kévin, adhérent de l'association. D'origine britannique, il s'est proposé pour dispenser bénévolement des cours d'anglais.



Lors de la journée « Portes ouvertes » du 01 juin, une feuille d'inscription avait été mise à la disposition des personnes intéressées par cette nouvelle proposition d'activité.

Le lundi 10 septembre de 10 h 30 à 12 h, Kévin a organisé une première séance avec la douzaine de personnes qui s'étaient inscrites, pour faire connaissance et procéder à des tests de niveaux à l'aide d'un questionnaire de 28 questions /réponses concocté par Kévin. Chacun était concentré pour répondre au mieux.

Finalement, le résultat des tests a démontré des niveaux différents.

Kévin, avec l'approbation de tous, a gardé le groupe entier, dans un premier temps, pour faire de l'initiation et des révisions de la langue anglaise courante de base.

En novembre, à la rentrée des vacances de la Toussaint, il a fait 2 groupes

D'un commun accord, les séances de cours d'anglais se déroulent chaque semaine le lundi matin de 10 h à 11 h pour les « débutants » et de 11 h à 12 h pour les « confirmés » au local du Kreiz-Ker.

See you soon!

Marche dynamique

Un groupe de marche dynamique va être mis en place le lundi après-midi, à compter du 6 janvier 2025, sous la responsabilité d'Eric.



Cette marche viendra compléter l'offre de marche du Kreiz-Ker, avec une marche plus physique que celle du mardi.

Cette marche, de 7 à 9 km, comportera plus de dénivelés, parcours pouvant présenter des difficultés techniques, rythme de marche plus soutenu.

Il n'y aura pas de repérage préalable des parcours, ce qui rendra plus facile la découverte de nouveaux circuits.

Une fois par mois, dès les beaux jours et en fonction de la météo, un parcours « lointain » (exemple, ile de Bréhat, baie de Morlaix, Monts d'Arrée...) sera organisé. Dans ce cadre, nous partirons dans la matinée pour rejoindre le parcours, un pique-nique sera à prévoir.

De par son programme, cette marche s'adresse aux marcheurs capables de soutenir le rythme sans ralentir le groupe.

Le rendez-vous est fixé à 13 h 45, sur le parking des Ursulines, pour un départ à 14 h, où un covoiturage sera mis en place.

Chaussures de marche, bâtons de marche et bouteille d'eau fortement conseillés.

« Ciné jeudi » à tarif réduit

Nous vous proposons une séance de cinéma, un jeudi par mois à 14 h 30, aux Baladins de Lannion à partir de janvier 2025. (30 janvier - 27 février - 27 mars).

Le programme vous sera communiqué le lundi de la semaine précédente (20 janvier - 17 février - 17 mars).

Vous réserverez votre place auprès de Christine au 02 96 13 88 85 jusqu'au mercredi précédant la séance.

Le ticket d'entrée vous sera remis à 14 h 00 avant la séance, contre un règlement uniquement par chèque de 6,70 € à l'ordre du Kreiz-Ker.

A la suite de cette séance nous pourrions nous retrouver autour d'un pot convivial. Voir [affiche](#)



AVEZ-VOUS BIEN NOTÉ ?

18 janvier 2025 :

Goûter galette des rois (6 €) - Animation Quiz

RDV 14 h 30 salle du Kreiz-Ker

Date limite d'inscription : 9 janvier

15 mars 2025 :

Goûter crêpes (6 €)

Animation « Vrai ou faux ? »

RDV 14 h 30 salle du Kreiz-Ker

Date limite d'inscription : 6 mars

Ciné jeudi 14 h 30 :

30 janvier - 27 février - 27 mars (6.70€)

Modalités de réservation : clic ici => [affiche](#)

Sortie des 24 et 25 février

Paris et le salon de l'agriculture (205 €)

Date limite d'inscription : 15 janvier

Voir ici => [Programme](#)

Sortie du 2 avril:

Bothoa et les forges des salles (79 €)

Clic ici => [Programme](#)

Date limite d'inscription : 2 mars

Voyage en septembre 2025 :

Italie (Naples et baie de Naples)

prix de 1 870 € à 2 180 €, départ de Nantes

Date limite d'inscription : 27 février

Voir ici => [Programme](#)

Mercredi 11 décembre 2024, pour la sortie annuelle de Noël notre rendez-vous est fixé à 11 h 00 au parking de Kermaria pour un départ à 11 h 30 précises. Bernadette, notre vice-présidente, effectue le pointage pour vérifier la présence des 47 convives à l'évènement de la journée.

Notre chauffeur(se) de la compagnie des cars Nicolas, Virginie « La dame au chapeau » nous véhicule avec délicatesse jusqu'à l'Espace An Dour Meur de Plestin-les-Grèves où nous allons passer l'après-midi.

À l'entrée de cette très belle salle, une hôtesse nous indique les tables attribuées au groupe de Kreiz-Ker.

Le repas dansant est animé par l'orchestre Tacinelli dans une excellente ambiance.

Par tranche horaire de 30 mn nous revisitons les années 60, 70 et 80.

À la fin du déjeuner un grand spectacle costumé, magnifique, mené avec brio pendant plus de deux heures par les musiciens, danseuses, danseurs et chanteurs, nous fait faire le tour du monde des musiques et danses traditionnelles des différents pays visités.

Le retour à Lannion se fera à 18 h 30 après cette très belle journée.



RÉUNION ANNUELLE DES CYCLOS RANDONNEURS.

Les cyclos du Krei-Ker, se sont réunis le vendredi 6 décembre 2024, salle du Kreiz-Ker de 9 h 30 à 12 h, en présence de 20 cyclos sur les 24 que compte la section dont 5 femmes.

Certains anciens cyclos qui ne roulent plus ont tenu à être également présents.



Le Président du Kreiz-ker, Gérard Mellin, la vice-présidente Bernadette Corvisier et l'ex-trésorière elle-même cyclote, Nadine Buzulier étaient présents.

Le responsable, Robert Le Tacon, les remercie pour leur engagement bénévole, sous les applaudissements des présents.

Après le café de bienvenue offert généreusement par le Kreiz-Ker, le responsable revoit les sorties effectuées tout au long de l'année et retrace toutes les péripéties de chaque sortie.

Chaque sortie est revue en détail et fait l'objet de commentaires parfois drôles.

Mylène Huon, qui ne manque jamais une sortie, a reçu la coupe de l'assiduité des mains du responsable.

L'assemblée a aussi honoré ses 2 champions : Jean-Marie Thérèse et Julien Philip. Le premier a été sacré champion de Bretagne de bridge et le second champion de Bretagne de tennis, dans leur catégorie respective. Applaudissements de l'assemblée pour nos 3 cyclos. Bravo !

Pour rappel, les sorties ont lieu tous les lundis après-midi, à partir de 14 h, chaque lundi de l'année. Le retour se fait aux alentours de 17 h, ce qui permet de parcourir des distances de 50 km environ (plus ou moins 5 km) à une allure promenade de 15 km/h avec des arrêts réguliers pour permettre à la troupe de souffler.

Ce qui fait pour nos septuagénaires et même pour nos quelques octogénaires une distance parcourue à l'année de près de 3000 km ! Il faut le faire !

En cas de mauvais temps, la sortie est reportée au jeudi suivant.

La devise de la section est : « on part ensemble, on roule ensemble et on arrive ensemble ». Mais il arrive que certains éprouvent des envies de piquer un sprint à l'approche de l'arrivée, histoire de s'amuser comme des gamins et peut-être de montrer surtout qu'ils sont encore bien verts ! C'est bon pour le moral, comme dit la chanson !

Les cyclos en VAE*, comme on dit, sont automatiquement disqualifiés bien entendu ! De mars à septembre, sont organisées des sorties à « l'extérieur », par des cyclos volontaires, à la journée, le dernier lundi de chaque mois, de l'ordre de 80 km (50 km le matin et 30 km l'après-midi après un copieux repas au restaurant)

La séance s'est terminée à 11 h 30 par un pétillant de bienvenue offert par les responsables du Kreiz-Ker avec des petits fours en sus.

Puis, le groupe de 34 convives s'est rendu au restaurant Doyen de Ploumilliau pour un copieux repas, apprécié par tous les convives. La fête s'est terminée à 15 h dans la plus grande convivialité. Merci à toutes et à tous.

*Vélo à Assistance Électrique

ANTICIPONS LES CHANGEMENTS

NOS SECRÉAIRES NE RENOUVELLERONT PAS LEUR MANDAT

Nous vous annonçons que Myriam Rogier, notre secrétaire dévouée, et Marthe Grot, notre secrétaire-adjointe non moins dévouée, ne renouvelleront pas leur mandat à l'issue de la prochaine Assemblée Générale en octobre 2025.

Myriam et Marthe ont décidé de consacrer un peu plus de temps à leur famille et leurs loisirs.

Avec leur départ, une nouvelle opportunité s'ouvre pour toutes celles et ceux qui souhaitent contribuer activement à la vie de l'association. Nous lançons, dès à présent, un appel à candidature pour les postes de secrétaire et secrétaire-adjointe. Ces personnes devront avoir une bonne connaissance du tableur Excel et du traitement de texte Word.

Myriam et Marthe s'engagent à transmettre toutes les informations et à accompagner leurs successeur(e)s dans une transition en douceur.

Vous pouvez vous manifester aux permanences des lundis et jeudis de 10 h à 12 h ou en laissant un message via le site internet ou via la messagerie « kreiz-keranim@orange.fr ».

Nous leur adressons un immense merci pour leur investissement.

RECHERCHE D'UN TRÉSORIER-ADJOINT

Lors de l'Assemblée Générale du 15 octobre 2024, Luc Ledoux a été élu, à l'unanimité, trésorier de notre association.

Afin de l'accompagner, nous avons besoin d'un trésorier-adjoint pour l'aider dans les tâches courantes : suivi des dépenses et des recettes ; préparation des bilans financiers annuels présentés lors de l'assemblée générale, participation à la gestion des cotisations des adhérents, contribution à la recherche de subventions, soutien pour les tâches administratives liées aux finances.

Cette personne devra avoir une bonne connaissance du tableur Excel et du traitement de texte Word. Une formation sera assurée pour l'utilisation du logiciel EBP.

Si cette mission vous intéresse, vous pouvez nous contacter lors des permanences des lundis et jeudis de 10 h à 12 h ou en laissant un message via le site internet ou via la messagerie :

« kreiz-keranim@orange.fr ».

Nous vous remercions par avance pour votre engagement et votre soutien.