

Permanences du bureau au 8 place Juhel-53940 St Berthevin

Mardi 9 h 30-11 h 30 – Jeudi 16 h 30-18 h 30 - Vendredi 9 h 30 - 13 h

02 43 69 56 74 - aflec@free.fr - Site : www.aflec.fr

## ASSEMBLÉE GÉNÉRALE : VENDREDI 16 NOVEMBRE 2018

Marie-Paule Siloret et Elisabeth Baron (coprésidentes) présenteront le rapport moral de l'association et le trésorier le rapport financier pour la saison 2017-2018. Le rapport d'activités vous sera exposé sous forme de diaporama. La soirée débutera à 19 h par un repas convivial (11 €/personne) suivi de l'assemblée générale à 21 h. Nous vous attendons nombreux pour cette soirée d'échanges.

Si vous souhaitez intégrer le conseil d'administration, n'hésitez pas à vous faire connaître.

**Bulletin d'inscription pour le repas à remettre au bureau ou aux responsables des activités avant le 6 novembre 2018**

Et retenez déjà la date du **vendredi 18 janvier 2019** pour notre galette des rois !

## ECHANGE DE SAVOIRS (carte adhérent obligatoire de 10€)

### Art Floral : bouquet allongé

Venez le réaliser **le jeudi 8 novembre** à la salle Jonquille de 14 h 30 à 16 h 30.

Inscriptions au bureau de l'AFlec avant le 26 octobre

Tarif : 35 € à l'inscription, le coût des fournitures sera ajusté entre les participants (limité à 10 personnes)

Contact : AFLEC



### Cuisine : assortiment apéro

Christiane, Dominique, Nelly vous proposent de vous faire découvrir ces recettes.

**Lundi 3 décembre de 14 h à 16 h (cuisine du Centre de Rencontres)**

Tarif : 5€ à l'inscription, le coût des ingrédients sera ajusté entre les participants

Inscription au bureau de l'AFLEC avant le 26 novembre (limité à 12 personnes)

## DÉCORATIONS DE NOËL

### Pour les adultes

Cécile, Artisan fleuriste de Couleurs & Ambiances à St Berthevin vous propose de créer une décoration de Noël. Toutes les fournitures seront fournies. Les couleurs de votre réalisation seront à choisir sur place en fonction de votre intérieur.

**Le jeudi 29 novembre de 14h 30 à 16 h 30 ou de 19 h 30 à 21 h 30**, salle Jonquille (Centre de Rencontres)

Nombre de places limité : 6 minimum, 8 maximum.

Tarif : 20 € adhérent et 22 € non adhérent (fournitures comprises).

Renseignements : Couleurs & Ambiances 02 43 69 12 56



### Pour les enfants à partir de 7 ans

Marie Louise vous propose de réaliser des boules de Noël personnalisées pour décorer votre sapin.

Dates: **samedi 15 décembre 15 h 17 h et/ou mercredi 19 décembre 15 h 17 h**

la séance : 2 € pour les adhérents , 3 € non adhérents (matériel fourni)

Contact et Inscription avant le 12 décembre AFLEC M Louise Roguet : tél 06 27 12 85 84

Places disponibles :  
> Tai chi  
> Espagnol  
> Dessin enfants  
> Pastel

## CONFÉRENCES

### Thème : géopolitique et économie : « quand l'économie façonne le monde »

Les séances, animées par M.Barrieu, auront lieu le mercredi de 20 h à 21 h 30 à la salle coquelicot du Centre de Rencontres

- 07.11.2018 Les nouvelles routes de la soie et le défi chinois
- 21.11.2018 Les villes-monde : quand la ville s'adapte au monde
- 05.12.2018 Le combat des villes-monde : Paris contre Londres
- 19.12.2018 Langue mondiale et économie : l'anglosphère



Tarif : 9 € la séance (St Berthevin) 10 € (hors St Berthevin) + carte d'adhérent

Contact : Inscription au bureau de l'AFLEC ou R. Grosbois 06 26 62 75 86 et B. Bréhin 06 58 41 15 98

## VOYAGE A BUDAPEST

Voyage de 4 jours, 3 nuits du **22 au 25 septembre 2019** sur une base 35 personnes . Il reste 8 places.

Les dossiers sont enregistrés par ordre d'inscription au bureau de l'AFLEC.

Renseignements auprès de R. Grosbois : 02.43.66.18.88 ou G. Defresne : 02.43.68.19.33

## ATELIER VITALITÉ « BIEN VIEILLIR »

L'AFLEC, en partenariat avec la MSA vous propose des ateliers dont les objectifs sont :

Prendre soin de soi, acquérir les bons réflexes du quotidien, améliorer sa qualité de vie et préserver son capital santé .

6 séances de 2 h 30 pour 8 à 15 personnes (à partir de 60 ans) le mardi après midi **du 8 janvier au 12 Février 2019**

Coût : 22€ pour les adhérents de St Berthevin / 23 € pour les adhérents hors St Berthevin

32 € pour un couple adhérent de St Berthevin / 33 € pour un couple adhérent hors St Berthevin

Carte d'adhérent de 10€ obligatoire.

Inscription avant le 15 novembre 2018 avec le règlement au bureau de l' AFLEC

Renseignements : Régine GROSBOIS tel : 06 26 62 75 86

## VISITE DU GROUPE AGIR GRAPHIC

Gratuit

Le Groupe Agir Graphic est une importante imprimerie mayennaise comprenant 2 sociétés principales : IMAYE et BRIO



**Mardi 15 janvier 2019 à 14h30**

Rendez-vous à 13 H 45 au parking de coupeau pour un covoiturage.

S'inscrire au bureau de l'Aflec avant le 29 novembre 2018 (Groupe de 40 personnes maximum)

## RANDONNÉES PÉDESTRES

### Quelaines 10 km

**Dimanche 4 novembre 2018**

**Mercredi 14 novembre 2018**

Rdv à 13 h 30 au parking des portes de Coupeau ou à 14 h place de l'église

JM Brault 06 34 98 76 99/ Y Barbé 06 51 91 36 00/JC. Babin 06 76 64 71 56/N. Toquet 06 32 57 99 46

### Changé 8 km

**Dimanche 18 novembre 2018**

Rdv à 13 h 30 au parking des portes de Coupeau ou à 14 h 30 port de Changé

P. Siloret 06 77 50 31 60/ A.Grosbois 06 26 62 75 86 / JC. Babin 06 76 64 71 56

### Saint Berthevin 8 km (Téléthon)

**Dimanche 2 décembre**

Rdv à 14 h à l'espace sportif Bernard le Godais

F Halouse 06 79 30 29 11 / D. Ollivier 06 85 41 75 12 /A. Jouannic 06 12 71 06 18 / M. Huchedé 06 31 59 74 32

### Argentré 9.5 km

**Mercredi 12 décembre**

Rdv à 13 h 30 au parking des portes de Coupeau ou à 14 h parking derrière la mairie

### Argentré 7.5 km

**Dimanche 16 décembre**

Rdv à 14h au parking des portes de Coupeau ou à 14 h 30 parking derrière la mairie

A.Grosbois 06 26 62 75 86 /D. Ollivier 06 85 41 75 12 /L Martineau 06 38 89 21 54

Rando aux flambeaux **le 8 décembre**  
sur la commune de St Berthevin

Week-end randonnée à Mauges sur Loire (49)  
**les 6 et 7 Avril 2019**

Mise en place d'un second groupe pour des  
randonnées plus courtes « Semaine Rando  
dans l'Aveyron **du 8 au 15 septembre 2019** »