

## LE « PETIT JOURNAL » DE L'ASSOCIATION

Mai 2025

N° 161



Vous étiez 171 présents et 86 représentés sur les 360 adhérents.  
 Les modifications des statuts ont été votées à l'unanimité.

À l'Assemblée Générale Ordinaire qui a suivi, vous avez fait le choix de conserver l'emploi de salarié (e)s au sein de notre association :  
 224 Pour, 28 Contre et 5 Nuls.

Une élection anticipée a permis de renouveler le Conseil d'Administration pour 2025-2027. (Voir la composition ci-contre)  
 Nous sommes maintenant 14 équipiers à la barre pour conduire, du mieux possible, l'association et accompagner l'ensemble des adhérent (e)s.

### LE CONSEIL D'ADMINISTRATION 2025-2027

#### LE BUREAU :

- PRÉSIDENTE : CORVISIER Bernadette
- VICE-PRESIDENTE : HAMON Christiane
- SECRÉTAIRE : SÉJOURNE Martine
- SECRÉTAIRE-adjointe : ADAM Claudine
- TRÉSORIÈRE : JAOUEN Germaine
- TRÉSORIÈRE-adjointe : PERSON Marie-José

#### LES MEMBRES :

- BRUÈRE Sylviane
- GAREL Claudine
- HORN Éliane
- JAOUEN Raymond
- KERMOAL Martine
- LE GOFF Christine
- MAROT Georges
- PAIMPARAY Francis

### EDITO

Une page se tourne au Kreiz-Ker : Simone, Jean-Yves, Albert, Germaine et Gérard ont contribué depuis 20 ans à la dynamique de notre association. MERCI à eux et à tous celles et ceux qui les ont accompagnés.

Le 25 mars lors de l'Assemblée Générale Extraordinaire certaines modifications ont été apportées aux statuts, en voici les principales :

- L'année de référence associative va maintenant du 1<sup>er</sup> septembre au 31 août de l'année suivante
- Le renouvellement, tous les 2 ans, pour au moins un tiers des membres du conseil d'administration
- La convocation aux différentes Assemblées Générales se fera par e-mail, par courrier postal ou par tout moyen électronique

Pour gérer la comptabilité et le personnel, nous adhérons à l'association « **Comité Départemental Olympique et Sportif** » (CDOS) basé à St Brieuc.

Dans ce journal vous allez découvrir une rétrospective des événements passés et nos futurs projets 2025 :

- Engagement dans la démarche « Ville amie des aînés »
- Exposition à Trégrom en juin
- Charte de la marche
- Et bien sûr les 20 ans du Kreiz-Ker en octobre !

Avec vous tous on peut dire : **ENSEMBLE POUR ALLER PLUS LOIN.**

Votre présidente : Bernadette Corvisier



### RAPPEL

Comme chaque année, les activités de l'association sont en sommeil pendant les vacances scolaires.  
 Arrêt des permanences et fermeture de l'association du : **1<sup>er</sup> JUILLET au 31 AOÛT 2025**

## LANNION : « VILLE AMIE DES AÎNÉS »



**Le 12 février 2025 la ville de Lannion est officiellement devenue « amie des aînés ». Devant les membres des clubs de retraités de Lannion (dont Bernadette et Gérard), les élus ont signé la charte « Ville amie des aînés » qui engage la ville à s'adapter au vieillissement de la population.**

En 2021 sur une population de 20 344 les plus de 60 ans représentaient 30 % de la population et les plus de 75 ans : 11,4%. Participation citoyenne et implication des aînés aux activités sociales, économiques et culturelles devront donc être placées au cœur de la politique municipale de Lannion.

En adhérant au réseau « Villes amies des aînés », Lannion s'engage à œuvrer sur huit thématiques définies par la charte. Espaces extérieurs et bâtiments, transport et mobilité, habitat, information et communication, lien social et solidarité, culture et loisirs, participation citoyenne et emploi, et enfin autonomie, services et soins.

À l'issue de notre première réunion sur le thème « se déplacer en ville en voiture, à pied »

3 thématiques en ressortent :

- besoin d'éclaircissement sur le partage de la route entre les vélos, piétons et voitures
- besoin d'un rappel réglementaire sur les nouveaux panneaux et les giratoires
- besoin d'information concernant les interlocuteurs disponibles en cas de signalements à faire

« Ensemble circulons en ville » **le samedi 7 juin à STE ANNE**, en présence de la police municipale et des élus, un temps d'échange est prévu.

Cette conférence est ouverte à toutes et tous :

- sur la place de l'utilisateur : piéton, vélo, trottinette, voiture
- sur la réglementation des nouveaux aménagements (zone de rencontre, chausssidou)

Le 25 avril, à la 2<sup>e</sup> rencontre les sujets étaient : la formation des gestes d'urgence et la programmation de la **semaine bleue** prévue en octobre.

Ce partenariat entre la ville et les différents clubs de retraités a pour but de nous aider à bien vieillir à Lannion.



## EN GROUPE À PIED, COMMENT SE DÉPLACER EN TOUTE SÉCURITÉ ?

**Le 31 mars Bernadette, Christiane, Pierre et Marie-José ont assisté à une réunion animée par un Instructeur Départemental de la Sécurité Routière (IDSR) et un membre du Comité départemental de la randonnée pédestre des Côtes-d'Armor. Ce temps d'échange s'adressait notamment à tous les encadrants et animateurs de randonnées douces et traditionnelles des clubs affiliés ou non.**

**Le constat :**

De plus en plus de randonneurs, de plus en plus de randonnées urbaines, les règlements qui se compliquent, la responsabilité de plus en plus grande, il est donc nécessaire d'appliquer certaines règles.

**Les principales règles :**

L'animateur doit reconnaître le circuit (uniquement sur des circuits balisés) et identifier les points de vigilance et les passages difficiles pour prévenir tout risque d'accident.

Le président doit être informé par écrit du circuit reconnu (lieu, départ, sens, itinéraire) au plus tard la veille pour garantir une prise en charge par l'assurance en cas de problème.

**Lors du départ de la rando l'animateur doit :**

- Connaître son groupe (pas de chaussures inadaptées à la marche, aviser la personne, etc.)
- Présenter le circuit reconnu (pas de découverte)
- Dire : Je suis sur la commune de... pour les secours
- Annoncer les endroits où on doit se mettre en sécurité, ex : on s'arrêtera là.... (S'il y a un problème sur le chemin : on est couvert pour avoir averti les randonneurs)
- Choisir son serre-file
- Attirer l'attention des marcheurs : sifflet, corne

**Bon à savoir :**

Un groupe supérieur à 20 personnes est assimilé à un véhicule, d'où la nécessité de marcher à droite 2 par 2.

Pour traverser une route : Obligation d'emprunter le passage piéton s'il se trouve à moins de 50 m et obligation de diviser le groupe en 2 si le nombre de personnes est supérieur à 20.

L'animateur et le serre-file sécurisent la traversée. Ils se protègent (pour être repérables : les gilets jaunes sont très conseillés) et se mettent en retrait de chaque côté du passage piéton (ne pas se mettre au milieu de la route).

**En conclusion :**

L'animateur est responsable de son groupe.

Pour la sécurité de tous : « il est le bon père de famille ».



Suite à ces principales recommandations qui ont été faites lors de cette réunion, il a été décidé d'établir une charte pour les marches du Kreis-Ker. Elle sera élaborée avec la participation des animateurs, de serre-file et de marcheurs volontaires.

## SORTIE ANNUELLE DE LA MARCHÉ DU MARDI

**Cette année Jean-Yves, animateur bénévole des marches du mardi, a organisé une sortie avec repas. Elle aura lieu le mardi 13 mai.**



Le RDV est fixé à 8 h 45 au parking des Ursulines pour un départ à 9 h 00 en covoiturage vers La Chapelle Sainte-Jeune de Plounevez-Moëdec. Le circuit marche, de 7 km environ, partira du site de cette chapelle.

Au retour de la marche : l'apéritif, offert aux marcheurs par le Kreis-Ker, sera pris sur ce site où se trouve un abri en cas de pluie.

À 13 h 00 repas ouvrier au restaurant L'Étape à Plounevez-Moëdec pour 17 € tout compris, chèques à établir à l'ordre de ce restaurant.

Priorité aux marcheurs des 2 groupes du mardi et du vendredi.

Nous acceptons les adhérents du Kreis-Ker dans la limite des places disponibles.

## UN VIRAGE BIEN NÉGOCIÉ



*En ce début 2025 le Kreiz-Ker est une association florissante avec plus de 350 adhérents qui bénéficient des nombreuses activités proposées fonctionnant dans la convivialité et faisant souvent le plein.*

Rien ne laissait supposer que le Kreiz-Ker pouvait fermer ses portes. Pourtant la situation était alarmante car le Conseil d'Administration devenait le maillon faible avec les démissions de Gérard, président, de Myriam, secrétaire et Marthe secrétaire-adjointe, sans compter l'absence de Luc, le trésorier dont la fonction était toujours assurée par Nadine ex-trésorière.

À cette situation s'ajoutaient le départ des animatrices : Gisèle (danse en ligne) et celui programmé de Catherine (gymnastique).

Suite au S.O.S. lancé par Bernadette le 18 février, une réunion a rassemblé plus de 60 personnes au local. Après l'état des lieux exposé il fallait reconstituer un nouveau Conseil d'Administration.

Certains membres de l'association étaient prêts à s'investir à condition « qu'il n'y ait plus de salarié(e)s ». Le Conseil d'Administration du moment avait voté « contre l'embauche de salarié(e)s ». Un vote à bulletin secret en Assemblée Générale était nécessaire car selon l'article 8 des statuts « L'Assemblée Générale Ordinaire est l'organe souverain de l'association ».

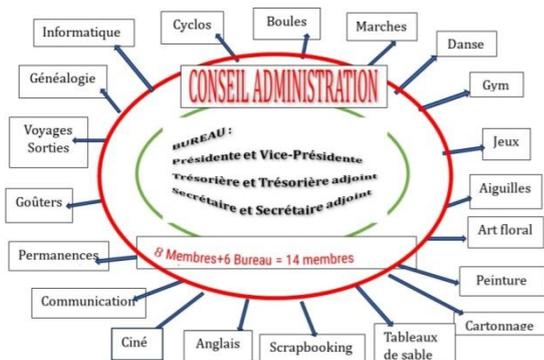
Les 2 Assemblées Générales (extraordinaire et ordinaire) se sont déroulées le 25 mars. Les décisions prises ont été présentées dans l'édito.

Depuis cette date le nouveau Conseil d'Administration s'est mis à l'œuvre :

- 2 visites à St-Brieuc avec adhésion à l'association « Comité Départemental Olympique et Sportif » (CDOS)
- Reprise de la danse en ligne avec l'embauche d'une salariée à partir du 2 mai
- Création de pôles où chaque activité aura son référent membre du Conseil d'Administration et/ou bénévole. Pour permettre à chacun d'avoir des informations sur la vie de l'association, pour que chaque adhérent puisse faire part de ses besoins
- Organisation des 20 ans du Kreiz-Ker

### ORGANISATION DE L'ASSOCIATION

*La liste des référents sera communiquée ultérieurement.*



### VOUS AVEZ DIT « 20 ANS » ?

*L'association Kreiz-Ker a été créée en 2005. Nous avons bien l'intention de souffler ses 20 bougies !*

C'est pourquoi des membres du Conseil d'Administration et des bénévoles sont à vous concocter une journée aux « petits oignons ».

Bien que le programme ne soit pas encore arrêté, nous pouvons déjà vous dire qu'il faut réserver et bloquer toute la journée du **vendredi 3 octobre** sur vos agendas.

Se dessinent une Assemblée Générale en matinée, suivie d'un repas dansant avec animations et pourquoi pas, si le budget le permet, des surprises ? Soyez tous au rendez-vous !



### AVEZ-VOUS BIEN NOTÉ ?

#### **Mardi 13 mai 2025 :**

**Sortie annuelle des marcheurs :** Départ 8 h 45 parking Les Ursulines  
Covoiturage pour la Chapelle Sainte-Jeune de Plounévez-Moëdec

#### **Mardi 3 juin 2025 :**

**BOTHOA et LES FORGES DES SALLES (79 € maxi)**

Sortie à la journée.

Plongez dans l'ambiance des années trente avec la salle de classe authentique et ses pupitres en bois. Écriture à la plume ou dictée etc.

#### **Du 14 au 22 juin 2025:**

**Exposition des loisirs créatifs du Kreiz-Ker (voir au verso)**  
Salle des fêtes de Trégrom - Entrée libre

#### **Du 15 au 22 septembre 2025 :**

**Voyage en Italie : Naples, la plus belle baie du monde.**  
Circuit en étoile – départ de Nantes. (Inscriptions closes)

#### **Vendredi 3 octobre 2025 :**

Fête des 20 ans du Kreiz-Ker

### DÉPART DE GISÈLE

*Gisèle, animatrice de l'activité « danse en ligne » du Kreiz-Ker a souhaité mettre fin au contrat qui la liait à l'association depuis 2010 pour des raisons de santé.*

Rappel : l'activité « danse en ligne » a été mise en place en 2008 et a été animée par Solange Journet, bénévole jusqu'en 2010. C'est à cette époque que, pour lui succéder, Gisèle a été embauchée par Simone, la présidente du moment.

La « danse country » a d'abord été enseignée à de nombreux adhérents. Puis, en 2016, voyant le désintérêt progressif pour cette danse, les cours se sont transformés peu à peu en « danse moderne » puis en « danse en ligne ».

Un pot a donc réuni les danseurs le 31 janvier pour remercier Gisèle de ses 15 ans de patience et de dévouement dont elle a fait preuve lors de ses cours.

Gisèle a reçu un cadeau de départ et surprise ! Elle a distribué à chacun des présents un stylo-souvenir.

Elle a prévu de rendre visite à ce cours de danse qui devrait se poursuivre avec un nouvel animateur. Nous serons tous heureux de la revoir.



## LA CONVIVIALITÉ

*Les goûters de la période hivernale sont toujours les bienvenus. Un moment pour se retrouver et pour participer aux jeux proposés.* Merci encore à tous les bénévoles qui se sont mobilisés pour la préparation de ces goûters, ont fait le service et, bien sûr, la vaisselle et le rangement.

NOËL	LA GALETTE DES ROIS	LES CRÊPES
 <p><b>14 décembre 2024 :</b> Lors du traditionnel goûter de Noël les 80 ans et 90 ans ont été mis à l'honneur et ont reçu un bon d'achat au magasin vert.</p> <p>Un après-midi festif pendant lequel les convives ont trinqué avec un verre de pétillant. Ils ont participé au Quiz sur Noël, ont chanté puis ont dégusté une excellente bûche suivie d'un chocolat chaud ou d'un café. Merci à toute l'équipe de bénévoles du Kreiz-Ker qui, pour l'occasion, s'était coiffée d'un bonnet de Noël et qui a œuvré pour la réussite de ce chaleureux après-midi.</p>	 <p><b>18 janvier 2025 :</b> Une ambiance chaleureuse pendant ce bel après-midi où 76 convives ont pris place dans la salle du Kreiz-Ker joliment décorée, pour cette occasion, par les membres du Conseil d'Administration.</p> <p>Ils ont été rejoints par M. Paul Le Bihan maire de Lannion, Christine Tanguy adjointe aux « politiques sociales, solidarités et handicap » et Tiphaine Robbe chargée de la mission « bien vieillir ».</p> <p>Après un quiz sur Lannion, la galette a été partagée et a fait de nombreux reines et rois.</p>	 <p><b>15 mars 2025 :</b> Un grand merci à Marianne, Marthe et Jean-Yves qui ont passé un long moment devant leur "billig" pour préparer les nombreuses crêpes qui ont été servies à près de 70 convives.</p> <p>Après un jeu "Vrai-Faux" préparé et présenté par Gérard, et qui a suscité beaucoup d'interrogations, l'équipe gagnante, ayant brillamment donné 19 bonnes réponses sur 20, a gagné des places de cinéma aux Baladins.</p> <p>Tout l'après-midi, les conversations sont allées bon train, signe que ces moments conviviaux sont toujours appréciés.</p>

## « CINÉ JEUDI » : UN ESSAI À TRANSFORMER !

**La nouvelle activité cinématographique du Kreiz-Ker a débuté le 30 janvier 2025 et s'est achevée le 27 mars 2025.**

Durant ces trois mois, les films sélectionnés - « Un ours dans le jura » - « À bicyclette » - « 100 millions » ont montré un ensemble de comédies : le thriller – l'émotion – le comique.

Le choix du film est effectué en fonction de la programmation et la comédie humoristique est plutôt privilégiée.

En janvier on a dénombré 34 participant (e)s, en février 27 et en mars 22. Ces sorties, suivies d'un pot amical, ont permis à nos nombreux (ses) adhérents (es), notamment ceux ou celles qui sont seuls (es), de découvrir ou redécouvrir le goût du cinéma.



Nous avons toutes et tous une bonne raison d'aller au cinéma : la magie du grand écran - vivre les plus belles émotions - vibrer ensemble - rire et pleurer dans le noir - voir les films et en parler.

Alors, donnons-nous rendez-vous le 25 septembre 2025, date de la reprise de l'activité « Ciné Jeudi ».

### LE TOP !

**Sur une idée de Christiane, animatrice de l'atelier peinture de l'association, le Kreiz-Ker sera fier de présenter les créations de ses adhérent (e)s à la salle des fêtes de Trégrom du 14 au 22 juin 2025.**

Cette exposition regroupera les peintures et les tableaux de sable ainsi que le cartonage.

Nous serons accueillis par l'association « Kercarenat » qui organise de nombreux événements culturels.

Elle favorise la créativité artistique. Elle met en avant la culture accessible à toutes et à tous, petits et grands. Elle organise des concerts, des représentations théâtrales, des expositions d'art, des événements comme un vide-greniers, un marché de Noël, etc.

Vous êtes, toutes et tous, invités à venir passer un après-midi dans cette petite commune rurale pour y découvrir l'exposition et pourquoi pas la plage de Trégrom ? – Entrée libre.

**EXPOSITION**  
Loisirs créatifs  
Du 14 au 22 juin inclus  
De 14 h à 18 h  
Entrée libre et gratuite



**Cartonage**  
**Tableaux :**  
- Peinture  
- Sable

Vernissage :  
Samedi 14 juin 18 h



### LE FLOP !

**Veillez noter que la marche dynamique, démarrée le 6 janvier 2025 est à l'arrêt depuis le lundi 7 avril 2025.**

Cette activité n'a plus d'animateur.

Vous pouvez toujours rejoindre la marche du mardi.  
RDV 13 h 30  
parking des Ursulines

Merci de faire passer le message.