



## EDITORIAL

Alphonse Allais disait : "Impossible de vous dire mon âge, il change tout le temps" !

Il semblerait cependant qu'ACL ait atteint la trentaine...

Fêter les 30 ans de notre association, c'est prendre du temps pour poser un regard sur le passé, vivre ensemble le présent, se projeter dans l'avenir, et aussi considérer 2019 comme une étape dans l'évolution de la vie d'ACL.



Mais qui dit anniversaire dit aussi réjouissances, retrouvailles et bonne humeur.

C'est pourquoi tous ensemble nous fêterons cet événement les 27 et 28 septembre à la salle des Fêtes d'Agneaux. Qu'on se le dise !

*La présidente, Sylvie BOSCHER*

## PROGRAMME :

### Vendredi 27 :

- 14 h : ouverture au public
- 14 h 30 : conférence : *Les nationalismes en Europe*
- 14 h 30 : randonnées de 6 à 8 kms
- 16 h à 18 h : chorale et danses folkloriques
- 18 h 15 : Spectacle d'humour improvisé : *"Les brèves d'ACL" par Com'Une Impro*

### Samedi 28 :

- 10 h : ouverture au public
- 14 h 30 : conférence : *Les nationalismes en Europe*
- 14 h 30 : randonnées de 6 à 8 kms
- 16 h à 18 h : chorale et danses folkloriques
- 19 h : apéritif dinatoire réservé aux adhérents ACL, animé par *"L'atelier musical"*

### Durant ces 2 jours :

**DÉMONSTRATIONS ET EXPOSITION :**  
INFORMATIQUE, JEUX DE SOCIÉTÉ, COUTURE, ENCADREMENT, MOSAÏQUE, TRAVAUX MANUELS...

**NE RATEZ PAS L'EXPO PHOTO RETRAÇANT LES 30 ANS D'ACTIVITÉS D'ACL !**

Samedi 7 septembre 2019  
**Forum des associations**  
Salle des Sports

Dimanche 6 octobre 2019  
**Marché du disque**



Une permanence pour les inscriptions aux activités d'ACL aura lieu les **jeudis 12, 19, 26 septembre**, et le **jeudi 3 octobre** de 16 h 30 à 18 h, au local d'ACL.  
Par tél. : **02 33 56 53 54** et **06 81 10 90 48** ou par mail : [acl.plaisir.informatique@gmail.com](mailto:acl.plaisir.informatique@gmail.com)



Le groupe de marche nordique continue son chemin, chaque lundi matin. Nous sommes en moyenne 25 marcheurs à nous retrouver durant 2 heures, dans la bonne humeur, pour un grand moment de conservation de la forme.



La journée entière de randonnée s'est déroulée le matin à Beauchamps dans la profonde et sinuuse vallée de l'Airou. Après le pique-nique et une bonne averse, c'est avec une sortie dans les dunes sauvages et parmi les moutons du havre de la Vanlée que nous avons terminé cette journée pédestre.

**Les 2 groupes de randonneurs débuteront la saison à Quibou le jeudi 12 septembre 2019.  
Pour faciliter le covoiturage, rendez-vous à 13 h 35 sur le parking de la salle des Fêtes d'Agneaux.**

## Atelier « Plaisir de coudre »

Dernière séance de l'année :  
petits sacs bananes pour partir en vacances



## Découverte de la sophrologie à ACL

C'est dans le cadre de son stage professionnel que Josette COUDREY, à l'issue de ses 2 années de formation, a initié 18 personnes d'ACL, durant 12 séances, aux bienfaits de la sophrologie :

- développer ses capacités de concentration, de mémorisation,
- se protéger du stress de la vie quotidienne,
- améliorer son sommeil, ses capacités de récupération,
- redécouvrir une respiration apaisante ou tonifiante,
- vivre son corps au présent, être en contact avec ses sens.

**Un grand merci à Josette !**



## Informatique

### Pour information :

Une 1<sup>ère</sup> année de "Word Créatif" est proposée pour des débutant(e)s sous condition que le nombre de personnes soit suffisant. Il est demandé d'amener son ordinateur, de connaître son clavier et de savoir utiliser une souris.

12 cours seront assurés le mardi matin de 9 h 30 à 12 h tous les 15 jours, sous la médiathèque salle n°1.

Pour plus d'informations, envoyer un mail à :  
[acl.plaisir.informatique@gmail.com](mailto:acl.plaisir.informatique@gmail.com)  
ou téléphoner au : **02 33 56 53 54**

### Quelques réalisations de l'année :



## ART FLORAL

Bonne nouvelle, le cours d'art floral revient ! Cette activité sera assurée par Patricia, du magasin "Au Camélia", qui fournira les fleurs dont le coût sera à la charge de l'adhérent. Les séances auront lieu le **jeudi de 19 h 45 à 20 h 45** à l'annexe de la salle des Fêtes. Il y aura 8 cours dans l'année avec la participation de 20 personnes maximum. Inscriptions le jour du forum des associations.

# 14 avril : Journée hommage à Michel Berger

Encore une fois, la journée hommage qui s'est déroulée le 14 avril a obtenu un franc succès. Cette année, le chanteur compositeur choisi était Michel Berger.

Devant une salle des Fêtes comble, le public de tous âges a pu apprécier les différents interprètes qui nous ont enchantés par leur talent. Qu'ils aient chanté seuls, à plusieurs ou en chorale, ces chanteurs nous ont donné l'occasion de (re)découvrir parmi eux de réels talents. Qu'ils soient tous remerciés pour avoir participé bénévolement à cette journée. Un merci également aux sponsors qui nous ont offert de jolis lots pour la tombola.

Vivement l'année prochaine !



## RETOUR SUR LES SOIREEES CABARET



Les Frères Brothers



Jules Nectar



Lou Volt

**Directrice de publication :** Sylvie Boscher  
**Responsable communication :**  
Jean-Claude Lesouef.  
**Comité de rédaction :** Françoise Adam,  
Jacques Blin, Marie-France Brossard,  
Marie Claire Hupin.

Ce journal est disponible  
sur le site [acl.asso.fr](http://acl.asso.fr)  
N'hésitez pas  
à le communiquer  
autour de vous

  
NORMANDIE  
Toute une banque  
pour vous