



## Siège social :

4 avenue des Cols  
Verts  
29000 QUIMPER



02.98.55.53.86

arpaq@orange.fr

www.arpaq.fr

## Ouverture bureaux :

**Du Lundi au  
Vendredi**  
de 9 h00 à 12 h00  
de 14 h00 à 17  
h00

## Lignes de bus

Lignes A et 2  
Arrêt Lycée  
Chaptal

## CALENDRIER DU DECONFINEMENT GÉNÉRAL ET ARPAQ.

Fin avril, le Président de la République a annoncé un déconfinement en 4 étapes.

Petit à petit, certaines restrictions sont levées, cependant ce déconfinement est échelonné jusqu'au mois de juin 2021.

Voici un résumé de ce calendrier:

COVID-19 LE CALENDRIER DU DÉCONFINEMENT	
<b>3 mai 2021</b> 1 <sup>re</sup> étape	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Réouverture des collèges (avec demi-jauge en 4<sup>e</sup> et 3<sup>e</sup> dans les 15 départements les plus touchés par la Covid-19).</li> <li>✓ Réouverture des lycées en demi-jauge.</li> <li>✓ Fin de l'attestation pour les déplacements en journée.</li> <li>✓ Fin des restrictions de déplacements inter-régionaux.</li> <li>✓ Couvre-feu maintenu.</li> <li>✓ Télétravail maintenu.</li> </ul>
<b>19 mai 2021</b> 2 <sup>e</sup> étape	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Réouverture des commerces*.</li> <li>✓ Réouverture* des terrasses (tables de 6 personnes max.).</li> <li>✓ Réouverture* des musées, monuments, cinémas, théâtres, salles de spectacles avec public assis (1000 personnes max. à l'extérieur).</li> <li>✓ Réouverture* des établissements sportifs de plein air et couverts pour les spectateurs (800 personnes max. en intérieur, 1000 max. à l'extérieur).</li> <li>✓ Reprise des activités sportives dans les lieux couverts et de plein air avec protocoles adaptés.</li> <li>✓ Couvre-feu décalé à 21h.</li> <li>✓ Rassemblements de + de 10 personnes interdits.</li> </ul>
<b>9 juin 2021</b> 3 <sup>e</sup> étape	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Assouplissement du télétravail.</li> <li>✓ Réouverture* des cafés et restaurants (table de 6 personnes max.).</li> <li>✓ Réouverture des lieux de culture et établissements sportifs: 5000 personnes max.</li> <li>✓ Réouverture des salles de sport + sports de contact autorisés en plein air + sports sans contact autorisés en intérieur.</li> <li>✓ Réouverture des salons et foires d'exposition: 5000 personnes max. avec pass sanitaire.</li> <li>✓ Accueil des touristes étrangers (avec pass sanitaire).</li> <li>✓ Couvre-feu décalé à 23h.</li> </ul>
<b>30 juin 2021</b> 4 <sup>e</sup> étape	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Fin du couvre-feu.</li> <li>✓ Fin des limites de jauge dans les établissements recevant du public.</li> <li>✓ Événements de plus de 1000 personnes autorisés en extérieur et en intérieur (avec pass sanitaire).</li> <li>✓ Limite maximale de public présent adaptée aux événements et à la situation sanitaire locale.</li> <li>✓ Discothèques restent fermées.</li> </ul>

\*avec respect des jauges et protocoles adaptés. Sources: présidence de la République, Santé publique France.

Concernant l'ARPAQ, à ce jour, l'association est toujours fermée au public.

Malgré les annonces du gouvernement, nous sommes dans l'attente des directives municipales et préfectorales afin de pouvoir envisager une reprise de notre activité dans le respect des protocoles sanitaires.

Nous ne manquerons pas de revenir vers vous afin de vous tenir informé.

## INFORMATIONS CONCERNANT LES REMBOURSEMENTS ARPAQ

Nous imaginions pouvoir proposer à l'ensemble des adhérents de l'ARPAQ une saison presque normale... Et pourtant, dès le 30 octobre 2020, le gouvernement a pris des mesures restrictives pour faire face à la pandémie qui gagne du terrain.

Le second confinement a donc mis un coup d'arrêt à l'ensemble des activités que l'association peut proposer pour maintenir les retraités dans une vie sociale et active !

Au 1er mai 2021, le constat est alarmant : la saison a démarré le 14 septembre 2020 et s'est arrêtée le 30 octobre 2020.

La majorité des adhérents n'ont pu participer à leur activité que 4 ou 5 fois! Les membres du Bureau ont donc suivi la décision du Conseil d'Administration votée le 31 juillet 2020. 3 choix sont donc possibles pour l'adhérent :

A partir du 07 juin, tout adhérent pourra réclamer le remboursement des séances non réalisées de la saison passée. Le RIB est nécessaire pour procéder au remboursement.

A partir du 07 juin, tout adhérent pourra faire don du montant payé en 2020 et recevra un reçu de don fiscal (permet une réduction d'impôts à hauteur de 66% du montant) pour votre déclaration de revenus 2022 (revenus 2021).

A partir du 23 août, tout adhérent pourra demander un avoir sur la saison 2021-2022 car les inscriptions démarreront à cette date.

La carte d'adhésion (valeur de 19€) restera acquise à l'ARPAQ (cf. statuts de l'association)

**POUR TOUTES CES DEMANDES, MERCI DE FAVORISER LE TELEPHONE ET LE MAIL**

A ce jour, il est envisagé de démarrer les inscriptions aux activités tard dans l'été afin que nous puissions connaître au maximum les modalités dans chaque activité, en fonction de chaque salle. Il est donc envisagé de démarrer la saison le lundi 20 septembre 2021.

Dès que nous aurons en notre possession l'ensemble des consignes sanitaires, nous ouvrirons les inscriptions au plus tôt.

### MEMO

<b>A PARTIR DU 07 JUIN 2021</b>	<b>DEMANDE DE REMBOURSEMENT ET DE DON</b>
<b>A PARTIR DU 23 AOÛT 2021</b>	<b>DEMANDE DE REMISE SUR LA NOUVELLE SAISON 2021-2022</b>
<b>LE 20 SEPTEMBRE 2021</b>	<b>REPRISE DES ACTIVITES DE L'ARPAQ</b>

**L'ensemble de l'équipe de l'ARPAQ reste mobilisé et à votre écoute au 02.98.55.53.86 ou [arpaq@orange.fr](mailto:arpaq@orange.fr)**

**Prenez soin de vous et à très vite, on l'espère !!!**

## **FERMETURE DE L'ACCUEIL TELEPHONIQUE**



En raison du Jeudi de l'Ascension, l'ARPAQ fermera son accueil téléphonique du jeudi 13 mai au vendredi 14 mai.

Ré-ouverture normale de l'accueil téléphonique à partir du 17/05 de 9h à 12h et de 13h30 à 17h30.

Merci pour votre compréhension.

## REPORTAGE IMAGES DU TY ANIM

Julie a organisé le 28 avril une sortie Ty Anim à la plaine du Moulin Vert à Quimper.

Cette plaine de sept hectares, qui longe le Steïr permet une promenade intéressante grâce aux sentiers aménagés allant du Manoir des salles à l'écluse, en passant par le centre-ville via le parc de la Providence.

Marie-Pierre et Jean-Claude, bénévoles, et 4 adhérents étaient présents. C'était une belle après-midi ensoleillée qui a permis à nos aînés de se retrouver, échanger. C'était un moment tant attendu!

La preuve en images!







# TUTO ART FLORAL

Hélène est de retour pour vous proposer une nouvelle vidéo.

Aujourd'hui elle vous explique comment réaliser une composition florale en incluant un pliage de feuilles.

Pour cette création, il vous faudra:

Une coupelle rectangulaire

Pain de mousse

3 anthuriums

4 feuilles

Du lierre

Des épingles à tête

Du scotch

Un couteau

Merci de cliquer sur l'image pour accéder à la vidéo



## RÉPONSE AU QUESTIONNAIRE MUSICAL: FERNANDEL

La semaine dernière, nous vous proposons de jouer avec la chanson “Félicie aussi ” chantée par FERNANDEL à travers un questionnaire.

Voici les réponses par écrit: [ICI](#)

Puis, la vidéo ( merci de cliquer sur l’image pour accéder à la vidéo):



## RÉPONSE AU QUIZ SPÉCIAL CUISINE

Voici les réponses au jeu spécial cuisine. Alors quel est votre niveau?!

Merci de cliquer sur l’image pour accéder au document:



## SÉLECTION LECTURE

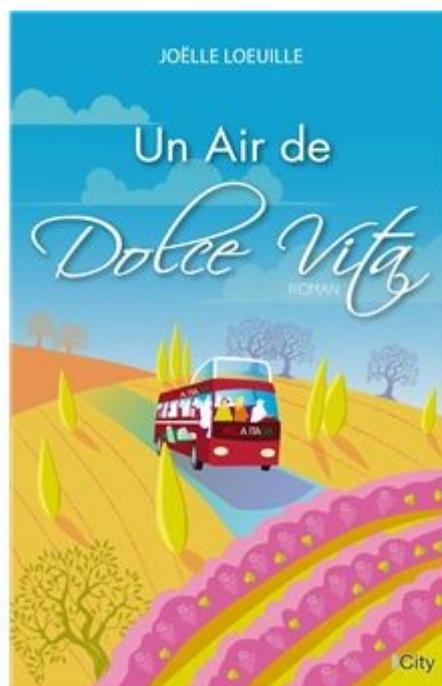
Odette, toujours aussi passionnée par la lecture nous propose, à nouveau, 2 coups de cœur!

A travers ces 2 livres, le lecteur voyage de deux manières différentes: dans le temps et géographiquement... Merci pour ces découvertes!



Tout autour des Halles quand finissait la nuit de Gérard Landrot

Mimine, une jeune femme drôle et gouailleuse, quitte la maison close dans laquelle elle a été placée pour devenir concierge au 62 rue Montorgueil à Paris. De sa loge, l'héroïne qui n'a pas la langue dans sa poche, dépeint son quotidien et celui des habitants de son immeuble durant la drôle de guerre et l'Occupation. Elle raconte aussi et surtout sa vie chahutée : de coups de chance en manipulations amoureuses, de son aventure avec un résistant aux petits actes de collaboration qu'elle commet, Mimine finira par grossir les rangs du cortège des femmes tondues à la libération.



### Un air de dolce vita de Joelle Loeuille

Participer à un voyage organisé à Rome ? Super. Par le club du troisième âge ? Même pas en rêve ! Sauf que Violette, 26 ans n'a pas le choix : elle vient d'être enrôlée en tant qu'accompagnatrice. Même chose pour Madeleine, tout juste 65 ans, inscrite de force par son fils. Résultat, voilà les deux femmes dans un avion à destination de la capitale italienne. La perspective de passer une semaine avec des « vieux », qu'elles détestent avant même de les connaître, est un véritable cauchemar.

Pourtant, Violette a bien besoin d'un peu de changement dans une vie monotone, réglée comme du papier à musique. Quant à Madeleine, elle s'enfonce progressivement dans la solitude depuis la mort de son mari. Il y a bien longtemps que ces deux femmes ne croient plus au vrai bonheur. Mais, d'aventures en aventures, la Ville éternelle va leur montrer que l'on a tous la possibilité d'un nouveau départ...

Merci Odette pour tes 2 suggestions.

Bonne lecture!