

Atscaf 'lien de l'Allier

N°12 Janvier 2018

Le mot du Président



Chers adhérents

Vous venez, suite à l'Assemblée Générale du 19 Novembre 2017, de me confier la présidence de notre association pour la 25ème fois. Je voudrai associer à la confiance que vous m'accordez les membres du comité et plus particulièrement ceux du bureau, qui sont à mes cotés depuis de nombreuses années.

Ils se joignent à moi pour vous souhaiter une bonne et belle année 2018 en espérant vous retrouver nombreux dans les activités sportives, touristiques et culturelles que nous vous proposons.

Cordialement.

J-P Chartron

Fort de ses 611 adhérents, l'ATSCAF 03 a eu une année riche en événements et en manifestations dont voici le récapitulatif pour l'exercice 2016/2017.

- du 13 au 17 Septembre** : Golf tournoi de double à Seignosse le Pénon
- du 22 au 25 Septembre** : Trophée Cyclisme à St Momelin (Nord)
- 30 Septembre** : Course-relais nocturne à Vichy (Chronoteam)
- 7 Octobre** : Les Ch'tits Théâtres au Festival du Rire à Bourbon l'Archambault 'Hortense a dit : Je m'en fous'
- 5 Octobre** : Golf Championnat des Tamalous à Nassigny
- du 9 au 16 Octobre** : Semaine golfique à Estartit- Catalogne
- du 13 au 16 Octobre** : Les Ch'tits Théâtres au Festival National de Théâtre à Toulouse 'Hortense a dit : Je m'en fous'
- du 18 au 21 Octobre** : Voyage Châteaux de Bavière et Munich
- 28 Octobre** : Assemblée Générale à Tronget
- 4 Novembre** : Les Ch'tits Théâtres à l'Inter-Mitemps à Moulins "Hortense a dit : Je m'en fous"
- 5 Novembre** : Triangulaire de Bowling à Avermes
- du 5 au 12 Novembre** : Semaine golfique à Estoril (Portugal)
- 26/27 Novembre** : Week-end chez George Sand
- 4 Décembre** : Balade en Forêt de Moladier
- 10 Décembre** : CNIF Golf à Vichy

- du 15 au 29 Janvier** : Séjour golfique aux Canaries
- 5 Février** : Balade à Lavoine
- 12 Mars** : Balade à Contigny - Visite 'Les Marionnettes du Monde'
- 12 Mars** : Course à Pied 'les Foulées Vichysoises'
- 17 Mars** : Les Ch'tits Théâtres à Avermes 'La bonne adresse'
- 17 Mars** : Chorale Croc'-Notes en concert à Montluçon
- du 26 Mars au 2 Avril** : Séjour golfique à Marrakech
- 8 Avril** : Les Ch'tits Théâtres à Bellerive/Allier 'La bonne adresse'
- 9 Avril** : Chorale Croc'-Notes en concert à Buxières les Mines
- du 11 au 14 Avril** : Golf Trophée M. Deloche Château des Vigiers
- 21 Avril** : Les Ch'tits Théâtres à Nérès les Bains 'La bonne adresse'
- 30 Avril** : Balade à Périgny - Visite château de Lapalisce
- 5 Mai** : Les Ch'tits Théâtres au Festival de Théâtre Amateur à Yzeure
- du 5 au 12 Mai** : Séjour golfique en Alsace
- 20/21 Mai** : C.C.O à Vichy
- du 25 au 27 Mai** : Trophée de Bowling à Tours
- du 29 Mai au 4 Juin** : Voyage Pologne et Prague
- 2 Juin** : Golf Coupe du Président à Nassigny
- 4 Juin** : Journée-Nature à Louroux de Bouble
- du 10 au 17 Juin** : Golf Open Senior à Seignosse le Pénon
- 24 Juin** : Chorale Croc'-Notes Sangria-Concert à Montluçon
- 27/28 Juin** : Golf à Sancerre
- 2 Juillet** : Rallye-Découverte

Il y a eu aussi en fin d'année

- du 4 au 6 Septembre** : Golf dans le Berry
- 8 Septembre** : Course-relais nocturne à Vichy (Chronoteam)
- du 14 au 17 Septembre** : Trophée Cyclisme à Langatte (Moselle)
- du 19 Septembre** : Golf Championnat des Tamalous à Nassigny
- du 1^{er} au 8 Octobre** : Semaine golfique à Estartit- Catalogne
- 14 Octobre** : CNIF Trophée de golf à Royat
- du 13 au 15 Octobre** : Trophée Course à pied à Bourges (Cher)
- 17 Octobre** : Golf Trophée Aimé Neury
- 29 Octobre** : Balade à Bessay sur Allier
- 19 Novembre** : Assemblée Générale à Louchy-Montfand
- du 27 Novembre au 7 Décembre** : Séjour golfique en Thaïlande
- 2 Décembre** : Triangulaire de Bowling à Vichy
- 16 Décembre** : Course à pied Corrida de Noël à Bellerive/Allier
- 17 Décembre** : Chorale Croc'-Notes en concert à Huriel

Sommaire du journal N° 12

Dates des différentes manifestations

Hommage à René BEDENNE - fondateur de l'ATSCAF (François CLINET)

Voyage Pologne et Prague (Geneviève CHAZAL)

Entraînement et Préparation pour un Iron-man (Lionel PARDON)

Tarifs et avantages ATSCAF

Dates des différentes manifestations

17 au 27 Janvier 2018	Golf Semaine à Agadir
18 Février 2018	Balade à Lavoine
24 Février 2018	Les Ch'tits Théâtres à Avermes
16 Mars 2018	Croc'-Notes à l'église Ste Thérèse à Montluçon
18 Mars 2018	Croc'-Notes à Huriel
18 Mars 2018	Balade à St Pourçain/Sioule & Musée de la Vigne
24 Mars 2018	Les Ch'tits Théâtres à Bellerive /Allier
24 au 31 Mars 2018	Golf Semaine en Andalousie
3 au 10 Avril 2018	Voyage aux Pays-Bas
9 au 12 Avril 2018	Golf Trophée Martine Deloche
14 Avril 2018	Les Ch'tits Théâtres à Nérès les Bains
28/29/30 Avril 2018	Trophée de Bowling à Besançon
12 au 19 Mai 2018	Golf en Bretagne
26 et 27 Mai 2018	C.C.O à Vichy
2 Juin 2018	Golf Coupe du Président
10 Juin 2018	Croc'-Notes autour de Vichy lieu encore non connu
9 au 16 Juin 2018	Golf Seignosse le Pénon (Trophée senior)
17 Juin 2018	Croc'-Notes à l'église Ste Jeanne d'Arc à Yzeure
30 Juin 2018	Croc'-Notes Sangria-Concert à Montluçon



C'est avec beaucoup de tristesse que nous apprenons le décès (5 Novembre 2017) de René BÉDENNE, Président Fondateur de l'ATSCAF.

Après avoir servi les besoins primaires des agents pour le logement et la restauration en créant ALPAF et EPAF mais aussi la coopérative des Finances, il s'attaquait à l'offre de loisirs dans une France exsangue d'après guerre et qui avait tant besoin de sourire à la vie.

C'est en Février 1948 qu'il marque la date de naissance de notre association en déposant ses statuts à la Préfecture de Police de Paris.

Homme d'une intelligence aiguë qui n'avait d'égale que sa générosité exceptionnelle, il a transformé un embryon de passionnés en une association d'envergure nationale et internationale, actrice majeure du bien-être des agents des Finances et reconnue comme telle d'intérêt général, partenaire du premier cercle du Ministère de Tutelle.

En rassemblant toujours et encore, en créant des passerelles et des ponts vers d'autres horizons, ce mouvement associatif peut aujourd'hui, grâce aux choix judicieux de cet homme hors norme qui a su fédérer tant d'énergies autour d'un grand dessein, revendiquer 50 000 adhérents et un patrimoine exceptionnel.

Pour toutes ces raisons et parce qu'il avait une certaine idée de l'ATSCAF, nous lui rendons un hommage appuyé à travers quelques mots et surtout une minute de silence et de recueillement.

Pour l'ATSCAF Allier, se fut fait lors de l'Assemblée Générale du 19 Novembre 2018.

L'ATSCAF perd une figure de référence absolue et honorera sa mémoire à l'occasion du Congrès des 70 ans de notre association.

Nous regretterons tous avec un fort pincement au cœur son absence mais je suis convaincu que son esprit, son regard toujours bienveillant, cette amicale fermeté dont il avait sa politique et sa marque de fabrique pour exister et mettre en exergue l'ATSCAF, seront bien des nôtres le 23 Mars 2018.

François CLINET
Président Fédération ATSCAF

[Voyage en Pologne et Tchéquie du 29 mai au 4 juin 2017](#)

Nous étions 20 Atscafiens à nous retrouver à Lyon pour un départ le 29 mai, en direction de la Pologne.

Dès notre arrivée notre guide nous attendait pour aller visiter une mine de sel à Wieliczka dont l'exploitation du gisement de sel gemme s'est fait sur 9 niveaux et 300 km de galeries. Des sculptures en sel, des statues, des salles d'apparat, des chapelles décorées et de nombreuses galeries, mais pour les admirer il faut descendre à 130 m de profondeur par 380 marches. Le lendemain, la journée sera consacrée à la visite de Cracovie (Krakow) dont la visite de l'usine de Schindler (cf La Liste de Schindler)

La ville de Cracovie est l'ancienne capitale de la Pologne. La forteresse Wawel surplombe la Vistule, elle abrite le siège du château royal et une cathédrale qui contient dans sa crypte les tombes des anciens rois de Pologne. L'église Notre Dame se trouve sur la place du marché, place de 4 ha coupée en son milieu par la Halle aux draps. Cracovie possède également l'une des plus vieilles universités d'Europe centrale, appelée l'université Jagellone fondée en 1364 par Casimir le Grand. Il faut rappeler les fameuses crèches de Cracovie ou Szopki qui peuvent être minuscules ou gigantesques et sont très renommées et surtout très décorées de couleurs vives et de paillettes.

Visite de Oswiecim ou Auschwitz et son mémorial composé de deux parties : Auschwitz et Auschwitz Birkenau (Brzenika) camps de concentration et d'extermination du III Reich lors de la 2ème Guerre Mondiale.



Après ce rappel historique bouleversant nous avons pris la direction de Wroclaw surnommée la Venise polonaise. Nous pouvons admirer de nombreuses églises : l'église Ste Elisabeth, l'église des Dominicains, la cathédrale St Jean-Baptiste...

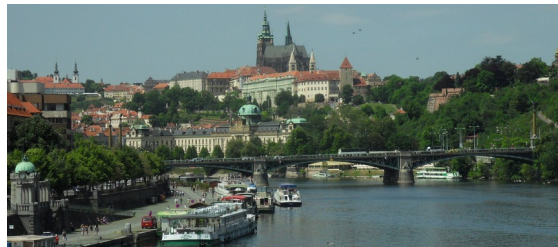
Des petits nains en bronze se trouvent partout en ville, le premier nain a vu le jour en 2001, pour commémorer le mouvement anarchiste Alternative Orange. Dans les rues pavées sont encastrées des plaques de cuivre relatant les événements historiques de la Pologne.



Puis nous prenons la direction de Karpacz pour rejoindre l'église Wang. Cette chapelle est toute en bois, Démontée pièce par pièce et transportée à Berlin elle fut ensuite ré-assemblée à Karpacz.

Prague (Praha) en Tchéquie, est coupée en deux par la rivière Vltava. Ville aux 100 tours, elle fut surnommée par Goethe « la plus belle pierre précieuse qui orne la couronne du monde ».

De nombreux édifices remarquables où tous les styles se mélangent : baroque, rococo, gothique et roman.



La Tour Poudrière, la place Wenceslas, l'église gothique Notre-Dame-de-Tyn. Quant à l'horloge astronomique son existence remonte à 1410.

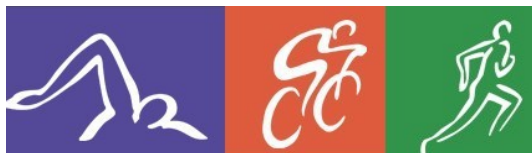
Le puits des sciences place Mariánské náměstí est impressionnant. Le pont Charles piétonnier depuis 1870, Ce pont est doté de fortifications à chaque extrémité, avec en son milieu la statue de St Jean de Népomucène torturé à mort pour avoir refusé, selon la légende, de divulguer le secret confessionnel de la Reine Sophie.

Sur la colline de Pétrín a été construite une tour de 60 m qui est une copie du 3ème étage de la tour Eiffel.

A Notre Dame de la Victoire, c'est l'Enfant Jésus de Prague (Bambino di Praga) qui est vénéré par les fidèles du monde entier. Sa garde robe aux couleurs liturgiques est impressionnante, avec des broderies d'or somptueuses.

La visite du jardin baroque Vrtba dans le quartier Mala Strana offre une vue superbe sur la ville de Prague. Une dernière halte sera faite dans les jardins du Sénat avant le retour à l'hôtel dans un tramway rapide qui nous ballottait fortement.

Geneviève CHAZAL



Juillet 2017, 23h et des poussières, le doigt sur la souris, sur l'écran de l'ordi s' affiche ma fiche d' inscription pour l' [Ironman d'Autriche Kärnten- Klagenfurt](#) le 1er juillet 2018....

Je clique ou je clique pas ???

Déjà trois fois Ironman...quel besoin de replonger ? 3,8 km de natation, 180 km de vélo, 42 km de course à piedlong très long.

Je connais les efforts que cela demande tant au niveau sportif que familial et logistique.

Je clique ou je clique pas ???

Et la préparation au cours de l' année.... avec une 1ère phase en novembre décembre avec un travail de renforcement musculaire (préparation physique général) et du travail technique (bien poser son pied en course à pied, faire des beaux ronds en pédalant...si c'est important). C' est la période « Home Trainer » (appareil pour rouler chez soi) avec travail de vélocité et puissance. Et puis de la course à pied avec travail de foulée et de la natation avec des séances entre 3 à 4 km (plus 3 pour moi, faut pas exagérer)

De janvier à février retour progressif à du volume hebdomadaire avec reprise de travail de P.M.A et V.M.A (puissance maximale aérobie et vitesse maximum aérobie)...bref c'est pas la fête et on paye les excès de Noël.

De mars à avril c'est la reprise des séances longues avec travail des allures spécifiques du renforcement et du travail sur les enchaînements (vélo puis de suite course à pied).

Enfin la dernière phase avec la préparation à l'effort Iron, la mise en situation avec enchaînement et travail sur la fatigue avec du volume.

La durée des entraînements variera de 8h par semaine à 12-15 h avec quelques pics à 15-20h.

Je clique ou je clique pas ???

Tiens ! Dans ma tête raisonne l'appel des copains : « allez, viens Lio viens, on y va tous »... et puis les souvenirs affluent : 1^{er} Iron, Vichy, l'ambiance au village Iron la semaine précédent l'épreuve, l'effervescence, la prise du dossard (Do you speak english ? Yes a little, but I speak very well french), le dépôt du vélo au parc à vélo la veille de la course et cette boule au ventre qui grossit grossit.... La nuit courte, très courte... le réveil vers 4h30 avec petit déj au gâteau sport...et enfin l'arrivée au parc !

La boule est énorme, je souffle un bon coup (qu' est ce que je fous là) et puis la magie opère...les DJ, le public, « The eye of the tiger » à fond les ballons sur tout le plan d' eau...la boule se transforme en une énergie positive incroyable et l'envie de tout casser.

7h00 top départ, 1500 pingouins dans l'eau et c'est parti pour 3,8 km de natation (une vraie foire d'empoigne sur le 500 premiers mètres), nager, éviter, lever la tête souvent, contrôler, ne pas tout donner, doubler (yes) se faire doubler (ben oui).

Sortie de l' eau sous un public de feu, la famille, les copains et hop 180 km de vélo deux boucles. Le vélo, l'épreuve que j' appréhende le plus...va pas trop vite, t'enflamme pas, hydrate-toi toutes les 10 min, mange toute les 1/2 heure (que c'est bon un croque monsieur au 90ème km). Plaine de la Limagne, vent de face, ça n'avance plus et puis ça repart, on n'est pas seul dans la galère. Merci aussi aux bénévoles, quelle énergie qu' ils nous envoient !!!

Et enfin les 42 bornes de course à pieds (4 tours) : 1^{er} tour nickel, le deuxième un peu dans le dur et le troisième où je peux plus rien manger, le mental prend la relève. A chaque passage vers l'arche d'arrivée c'est la fête avec un public énorme, les forces reviennent....pour 500 mètres.

Dernier tour, on finit on finit, des coureurs marchent, s'assoient, certains s'effondrent, on finit, on finit. Enfin l'arrivée, la famille, ma plus jeune de mes « garifelles » m'accompagne au bout et la délivrance, la joie indescriptible : je suis un IRON MAN et....

Oh mince j'ai cliqué, je suis inscrit (yes!!!!)



Lionel PARDON

TARIFS & AVANTAGES 2017/2018

Montluçon

- Cinéma = 5,35 € (*T.P. : 8 € - Etudiant : 5.50 €)*
Théâtre de Montluçon et Athanor = Tarif CE
*Connaissance du Monde = 5.85€ (*T.P. : 6.75 €)*
*Piscine (carte 10 entrées) = Adultes : 27 € (*T.P. : 32 €) Enfants : 11 € (*T.P. : 16 €)*
*Piscine « espace détente » (carte 12 entrées) = 50 € (*T.P. : 60 €)*
Les Nériades à Nérès les Bains = 10 % de remise
*Bowling = 2 € (Chaussures comprises) (*T.P. : 2.40 €)*
Gymnastique à Montluçon le mardi de 17h30 à 18h30 = 60 € / An
Chorale à Montluçon le mercredi à 18h00 = 100 € / An (payable en 2 fois)
Gym aquatique à Montluçon le jeudi de 16h30 à 17h30 = 120 € / An (payable en 2 fois)

Moulins

- Cinéma = 6,00 € (valable 6 mois) (*T.P. : 9 €)*
Théâtre = réduction de 5 € par billet sur présentation de la carte ATSCAF
*Bowling = 2.70 € (*T.P. : 3 €) en semaine avant 20 H*
Connaissance du Monde, Yzeurespace, Isléa = Tarif CE
*Piscine (carte 10 entrées) = Adultes 30 € (*T.P. : 34 €) Enfants 20 € (*T.P. : 23 €)*
Vente de Cartes Aquagym ou Aquabike et Espace Détente
*SPA : Hôtel de Paris = 15 € (*T.P. : 30 €)*
Gymnastique = lundi et/ou jeudi de 17h à 18h : 70 € un cours- 90 € deux cours / par an
(Possibilité de payer en 2 fois)
Partenariat avec des salles de sports

Vichy

- Opéra = Tarif CE sur présentation de votre carte ATSCAF*
*Cinéma = 6 € (valable 6 mois) (*T.P. : 9 €)*
*Piscines = Cusset, St Germain et St Yorre = 15,50 € (*T.P. : 21.70 €)*
*Stade Aquatique Bellerive = Adultes 26 € (*T.P. : 32 €)*
*Bowling = 4 € (*T.P. : 5.20 €) en semaine avant 20 H*
*et 4,50 € (*T.P. : 6.50 €) le week-end avant 20 H*
Cours de Gym à Bellerive : le mercredi de 18h à 19h

(*T.P. = Tarif Public)

C'est aussi :

- Le PAL (avril à septembre 2018) = 22 € adulte / enfant (*T.P. : 29 €)*
*C N C S (Centre National du Costume de Scène) = 4 € (*T.P. : 7 €)*

ZENITH D'AUVERGNE = Tarif CE
PROMOPARCS (France entière) = Tarif CE

Des randonnées tous les mois avec découverte du patrimoine

*Section Théâtre sur Moulins
Section Chorale sur Montluçon*

*Des réductions dans les agences de voyage
Liste des partenaires sur le Site : www.atscaf.fr*

Nos Centres de Vacances – Hôtels et Location –

**Seignosse le Pénon
Méribel – Megève – Val d'Isère**

Et aussi : 5% de réduction sur une sélection de GITES DE FRANCE

N'hésitez pas à :

Visiter notre site : www.atscaf.fr

Pour adhérer, pour vous renseigner :

*Contactez votre permanente : chantal.bardet@finances.gouv.fr
Tél. : 04.70.48.58.04*

