



septembre
2008

A
S
S
O
C
I
A
T
I
O
N

D
E
S

F
A
M
I
L
L
E
S

M
O
N
O
P
A
R
E
N
T
A
L
E
S

FaMiSo!

C'est la rentrée, les vacances se terminent, l'école reprend. Les horaires, les devoirs, le train-train quotidien, les jours qui raccourcissent et l'automne qui se profile.

On a fait le plein de soleil, de repos, de balades, de baignades et pour les plus chanceux, on est même parti en vacances !

La rentrée c'est le retour au quotidien, parce qu'il y a des jours où, couché au soleil ou assis à l'ombre sur une terrasse, on a tout oublié.

Je ne sais pas si vous êtes comme moi, mais à la rentrée je prends chaque année plein de bonnes résolutions ! Je vais pratiquer régulièrement du sport, manger plus de fruits et de légumes, être moins stressée, passer plus de moments détendus avec mes enfants, m'octroyer du temps pour moi...

Bien sûr, je n'arrive jamais à toutes les mettre en place. Si j'arrive à en réaliser une, je suis déjà très fière. Et si je faisais une liste de toutes les autres pour les ressortir les week-ends d'ennui ?

Je pourrais peut-être faire un week-end fruits et légumes ou sport... !

La rentrée au sein du team de l'AFM ressemble un peu à tout ça. Une équipe pleine d'énergie et d'idées, qui a envie de faire bouger les choses.

Les projets n'aboutiront peut-être pas tous, mais si on arrive à en concrétiser quelques-uns, cela sera déjà un petit pas et tout commence par un petit pas !

L'équipe de l'AFM est composée de :

Vanessa Aubert, coordinatrice
Mercè Carbo Budry, assistante sociale
Christine Pages, gestion des projets

AFM - 27, rue Lamartine ● 1203 Genève
Tél. 022 344 11 11 ● Fax 022 344 11 56
CCP 12-10337-3
info@afm-geneve.ch
www.afm-geneve.ch

Tranche de vie

Tranche de vie, nouvelle rubrique qui a pour but de faire partager, découvrir, un moment ou un bout de vie des familles monoparentales. Vos impressions et commentaires sont les bienvenus ou si vous aussi vous aimeriez partager un moment de votre vie ou voir aborder un sujet.

Contact par mail :

cap-emotion@hotmail.com

« Le départ en vacances »

On vient de terminer le souper sur la terrasse, je range la cuisine. Mon fils 14 ans m'appelle : « tu peux venir contrôler ma valise »... Demain, il part en vacances avec son père...

12 ans qu'il part avec son père, week-ends, vacances et ce pincement à l'estomac est toujours là. Moins violent que les premières fois, on s'habitue un peu, mais jamais complètement.

Les premières fois... Ce sentiment qu'une partie de vous-même s'en va, ce vide dans les heures qui suivent, ces larmes parfois. Et qu'est ce qu'on va bien pouvoir faire de tout ce temps ? Alors que l'on soupire régulièrement, si j'avais du temps pour moi ! Et tout à coup, ces journées, ces soirées et on ne sait pas qu'en faire !

La première fois, je me suis dite, je vais ranger sa chambre ! Refaire la déco, lui faire la surprise. En fait, dès le lendemain, j'ai fermé sa porte et ne l'ai plus rouverte avant la veille de son retour pour dépoussiérer. Je ne supportais pas de voir ses jouets, ses habits, son lit et son absence.

Et ces angoisses qui montent. S'il est malade, s'il se réveille la nuit, s'il lui arrive un accident. Je ne serai pas là, il m'appellera et je n'entendrai pas. Ce besoin ancestral des mères de protéger leur enfant.

Au fil du temps, on apprend à se connaître. Ce soir, je ne me dis plus que je vais ranger sa chambre (bien qu'elle en aurait encore plus besoin que lorsqu'il était petit !). Non, ce soir, je sais que demain je fermerai sa porte... Je sais aussi qu'alors que tous les jours je m'énerve contre ses chaussures qui traînent derrière la porte, elles vont me manquer et de pouvoir ouvrir la porte complètement me rendra triste... Je sais aussi comment éviter ce vide des premières heures. Je dois anticiper car si je n'ai rien prévu, je serai incapable de me prendre en main et me laisserai envahir par la tristesse. Je donne rendez-vous à une amie pour un café ou une ballade et le soir je me louerai un film sentimental ou un thriller, ceux qu'il n'aime pas !

J'essaierai de ne pas pleurer après avoir entendu sa voix au téléphone. Et je sais que plus je vais lui manquer moins il voudra me parler. Il a aussi appris à se protéger !

Et les jours vont passer, je vais voir des amis, rentrer à l'heure qui me plaît, partir au lac avec juste un linge et un bouquin ou me vautrer sur le canapé devant la télé avec du chocolat... Et si je rencontrais un homme, je pourrais accepter son rendez-vous pour le lendemain sans réfléchir à l'heure du repas, des devoirs ou au transport pour le foot. Redécouvrir que je suis une femme et pas seulement une mère.

Et quand je serai habituée à cette liberté retrouvée, voilà le jour du retour arrivé. Déjà !



Tranche de vie

Le choix

Un trait négatif, deux traits positifs, deux traits positifs...

Elle relit : deux traits, vous êtes enceinte...

Enceinte ! La nouvelle se fraye un chemin jusqu'à sa conscience, enceinte...

39 ans, au chômage depuis deux mois, une relation épisodique avec un homme divorcé, père de deux enfants, qui ne cherche pas à s'engager.

Enceinte...

Elle en avait pourtant rêvé de ce moment... Devenir mère !
Oui, c'est ce qu'elle voulait, mais elle l'avait imaginé différemment.
Une rencontre amoureuse, des projets d'avenir, un mariage peut-être, et l'attente à deux d'un enfant.

Elle en a pourtant rencontré des hommes, mais pas un qui s'est arrêté... Trop jeune, pas prêt à s'engager, marié, situation de vie trop précaire...

Et les années qui passent. Elle essaye de garder espoir, mais elle commence à faire le deuil d'une maternité, se penche un peu plus sur le professionnel, refait une formation.

Enceinte... L'idée commence à prendre forme, elle réalise qu'elle va devoir faire un choix...

Le garder ou avorter...

Avorter... Abandonner l'espoir d'avoir un enfant, l'âge avance, l'homme se fait attendre.

Elle le voulait, le rêvait, mais ce n'est pas comme ça qu'elle l'imaginait...

Le choix c'est les femmes qui doivent le faire et l'assumer après. Penser chaque année à l'enfant qui aurait pu naître, à l'âge qu'il aurait...

Le père... La nouvelle lui tombe dessus comme un coup de tonnerre dans un ciel sans nuage ! Il n'a pas vécu l'attente des règles, l'angoisse qui monte, l'achat du test de grossesse, le test... Sa première réaction sera au mieux « Tu es sûre d'être enceinte ? », au pire « Tu es sûre que c'est moi le père ? ».

Les hommes (dans le cas d'une grossesse non désirée) accompagnent plus facilement la femme pour un avortement que pour un accouchement. Comment leur en vouloir, ils savent que pour cet enfant ils devront payer une pension et le voir à temps partiel.

Oui, elle se trouve face à un choix. Mais au moins, elle sait ce qui l'attend ! Alors qu'une femme en couple sur trois va se retrouver dans cette situation sans en avoir fait le choix au départ.

Elle a le choix de vivre ce qu'une mère de famille sur trois vit : élever seule son enfant au quotidien.

Quel que soit son choix, il sera le bon...



Les idées de sorties de Rosario

Quelques liens utiles et sympathiques :

- www.eveil4.ch (Eaux-Vives enfants, infos, loisir)
- www.tuasmalou.ch (voyage au cœur de la santé. Trucs et astuces)
- www.pro-juventute.ch (besoins de l'enfant)
- www.forum-meyrin.ch (spectacles, expos, activités)
- www.actukid.ch/cds/ (l'actualité pour vos enfants)
- www.lab-elle.ch/ (album pour les filles)
- www.monblog.ch/envilleavecmapoussette/ (petit guide urbain pour parents en balade)
- www.auchienbleu.ch (librairie avec activité)
- www.lanterne.ch (cinéma enfant de 6 à 12 ans)
- www.kids.ch (loisirs pour enfant de 4 à 12 ans)

- www.loisirs.ch (loisirs de tout genre pour enfants et parents)

Quelques sorties parents / enfants :

Exposition à ciel ouvert.

Regards d'enfance, photos prises par des enfants du monde entier. Lieu : Quai Wilson 1200 Genève

6 août au 30 septembre 2008

Entrée libre

La lanterne magique

cinéma pour enfants de 6 à 12 ans dès le **1.10.2008 au 13.6.2008. Payant**

CERN

Musée interactif. Le monde passionnant des scientifiques et découvrez les mystères de l'univers. **Lun au sam/ 9h-17h. Gratuit.** Bus n°9.

Muséum d'histoire naturelle

Toute l'année. **Gratuit. Fermé le lundi**

Cirque Knie du 29.8 su 18.9.2008

Festival de la Bâtie (musique, divertissement) du **29.8 au 13.9.2008**

Swiss World Festival de Vernier (musiques du monde) **du 5 au 9 sept.**

Art'Air 08 (peinture dans les rues de Genève) du **6 au 7.09.2008. Gratuit.**

Festival Cinématou (découvrir l'animation suisse au travers de projection, ateliers et rencontres) du **4 au 12. 10.2008. Payant.**

Fête de la glace

Fêter l'ouverture officielle de la patinoire de Sous-Moulin. Diverses surprises vous y attendent. Chaussez vos patins à glace. Le 19.10.2008

Spectacles pour enfants :

au Centre de loisirs de Chêne-Bourg
Attention il faut réserver 1 semaine avant au 022.348.96.78 pour ces 5 spectacles!

1. Hänsel et Gretel
24 sept. à 15h00 dès 3 ans
2. cinéma d'animation du Japon le **1.10.2008 à 15h00**
3. Doux et chauds le **29.10.08 à 15h00** dès 5 ans
4. Cinéma d'animation suédois (atelier de bricolage) le **5.11.08 à 15h00**
5. La grenouille magique le **26.11.08 à 14h00 et 16h00, le samedi 29.11.08 à 14h00 et 16h00 et le 30.11.08 à 11h00 et 14h00** dès 4 ans

Prix : **enfant 6.- adulte 12.-**

Tous les spectacles sont suivis **d'un goûter gratuit** et d'un moment de partage entre enfants, parents et comédiens.

Les ludothèques

Lieux pour parents et enfants. On peut venir jouer et, ou, emprunter des jeux pour une durée déterminée. Vous avez des ludothèques partout dans la ville de Genève. Si vous vous y rendez pour la première fois, informez-vous d'abord des

jours et heures d'ouverture (différentes pour chacune) puis vous devez vous inscrire et payer une cotisation (également différentes pour chacune) mais elle n'est vraiment **pas chère!** Certaines proposent quelques fois dans l'année des nuits de jeux et c'est vraiment très convivial.

Voilà le site : www.ludo.ch Vous trouverez une explication plus complète et des réponses à d'autres questions que vous vous poseriez.

Musée d'art et d'histoire :

Akhénaton et Néfertiti du 17 octobre au 1^{er} février 09 – moments familles dimanches 9.11 et le 7.12. : découvrir ensemble l'expo de manière active.

Prix 5.- par personne. Gratuite jusqu'à 18 ans révolus sans réservation.

Collection permanente d'archéologie « Mythologie ». Contes et parcours découvertes pour tous.

Dimanche 2,16 et 30.11.08 à 14h30 et 15h30. Entrée gratuite sans réservation.

Musée de l'Ariana : 10, av de la Paix

Journée européenne du Patrimoine le 14 sept. 10 à 17h- (accès trams 13 et 15 jusqu'à la place des nations) Diverses manifestations tout au long de la journée, dont trois visites-découvertes pour le jeune public sur le thème : à table.

Plus tôt pour les 5-7 ans. A 14h pour les 8 ans et plus et à 15h30 pour les 8ans et

Durée 45 minutes. Gratuit. Nombre de places limité à 15 enfants. Inscriptions sur

place le jour même.



- La personne dans le besoin peut s'adresser au service social.

Lancée en octobre 2007, par un questionnaire envoyé aux membres de l'AFM, aux associations ayant un rapport avec des familles monoparentales, à l'Hospice Général, et au SCARPA, cette démarche a été soutenue par une émission de radio, de télévision et plusieurs articles dans la presse.

Soyons honnêtes, trop peu de personnes ont répondu à notre questionnaire, mais les réponses obtenues correspondent à nos connaissances du terrain.

Nous avons interprété, ce qui ressemble à du désintérêt, de plusieurs manières : désillusion, désenchantement, résignation, désengagement face à des décisions que l'on ne comprend pas. Sans oublier que le sujet des pensions alimentaires, donc le divorce, touche la sphère privée.

Nous souhaitons également ajouter que la question de la culpabilité et de la responsabilité est complexe. Il faut avancer dans la vie, donc on fait avec. L'énergie nous manque pour nous confronter à des décisions même si nous les considérons comme injustes. Notre priorité est le bien être de nos enfants. Nous avons appris à nous débrouiller, et nous ne souhaitons pas ou plus être considérés comme des victimes.

Résultat de notre enquête :

Temps de travail et salaire :

1. 84% des personnes travaillent à plus de 50% (52 sur 62). Ces chiffres correspondent à ceux cités dans les statistiques de la FSFM, où il est stipulé que 3/4 des femmes élevant seules leurs enfants ont une activité lucrative.
2. Sur ces 52 personnes qui travaillent 7 vivent avec un revenu de Fr. 2000.- à Fr. 2500.- malgré un travail à 50% et même pour une personne à 80%, 32 déclarent un budget familial oscillant entre Fr. 3000 et Fr. 4500.- 10 déclarent Fr. 5000.- et plus. 3 personnes n'ont donné aucune indication quand à leur revenu. Ces 52 personnes n'ont pas droit à l'aide de l'Hospice général.

Témoignage : « OK pour travailler à 100%, mais qui me gardera mes enfants en cas de surmenage ? »

Situation du débiteur :

3. La majorité des débiteurs est insolvable. Le/la responsable de la famille monoparentale doit donc assumer seul/e le revenu familial. Il est important de souligner que lors du divorce le juge décide du montant de la contribution d'entretien des enfants: à Genève cela représente généralement 10 à 15% du revenu net du débiteur. Le juge prenant en compte les besoins vitaux (loyer, primes d'assurance maladie, dettes). De ce fait, et les

situations de notre sondage le montrent bien, en cas d'insolvabilité, c'est une perte sèche pour le parent qui a la charge des enfants. Ceci entraîne un risque de pauvreté accrue des enfants des familles monoparentales.

Témoignage : « les besoins vitaux d'un parent sont assurés, celui de l'enfant par contre oublié. »

Situation des enfants :

4. 68 enfants du sondage ont vu leur situation se dégrader avec un montant moyen par enfant de Fr. 466.- par mois depuis l'entrée en vigueur de la nouvelle LARPA. Mais il ne faut pas regarder seulement la diminution de revenu de ces enfants, il faut également souligner un aspect primordial ce l'impact de cette nouvelle loi : elle minimise l'importance du rôle éducatif du parent qui se voit contraint d'augmenter son temps de travail et diminuer le temps consacré à ses enfants.

Témoignage : « Notre budget était déjà très serré avant, alors aujourd'hui je n'envisage plus rien... »

Pour agir à la source de ce problème, des lois doivent être adaptées. Pour ce faire, l'Association des Familles Monoparentales se joint à la Fédération

Les conséquences du changement de la loi (LARPA) régissant le SCARPA font que de nombreuses familles monoparentales à Genève ne bénéficient plus d'avances de pension alimentaire puisque leur délai des 36 mois est échu. Les personnes les plus touchées sont celles ne bénéficiant pas de soutien des services sociaux et qui sortent des statistiques du SCARPA et de l'Hospice Général.

L'Association des familles monoparentales (AFM) et la Fédération suisse des familles monoparentales (FSFM) ont mené une enquête dont l'objectif était de démontrer la réalité de ces familles, et donner suite à notre inquiétude quand aux arguments avancés :

- Une aide limitée à 3 ans est suffisante pour que la créancière puisse finir une formation, trouver un emploi et un nouveau logement correspondant à ses besoins et ceux des enfants à sa charge.

Suisse des Familles Monoparentales pour présenter des mesures ciblées contre la pauvreté des familles monoparentales à savoir :

1. Ancrage dans le droit fédéral d'un montant minimum d'entretien, de la valeur de la rente d'orphelin,

pour tous les enfants qui – pour quelque raison que ce soit – grandissent avec un seul de leurs parents ;

2. Introduction de prestations familiales complémentaires pour les personnes à faible capacité économique, astreintes au

versement d'une contribution alimentaire, afin qu'ils ne se voient plus forcés à renoncer à leur devoir d'entretien ;

3. Suppression de l'imposition des pensions alimentaires pour les enfants afin qu'elles servent dans leur entier à l'entretien de l'enfant.

- Les tentatives de suicide sont prises en compte au même titre que les autres violences car il s'agit non seulement de la violence envers les proches, mais également de celle perpétrée contre soi.

Découverte de l'association Face à Face à Genève

L'association Face à Face a pour objectif de prévenir et de traiter la violence chez les femmes adultes et adolescentes et depuis 2008 chez les adolescents garçons.

Interview de Madame Claudine Gachet, fondatrice et directrice de Face à Face, thérapeute de famille et de couple.

Quel est le but de la création de l'association Face à Face ?

Avant 2001, il n'existait pas d'association qui s'occupait de femmes aux comportements violents en Europe.

« Face à Face » a initialement été créée pour prévenir et traiter de manière spécifique la violence des femmes, des mères et des adolescentes ayant des comportements violents afin d'empêcher leur transmission à travers les générations. En fait, les postulats de l'association sont les reflets implicites de ses buts, à savoir :

- On ne traite pas une femme ou une adolescente comme on traite un homme ou un adolescent, ceci à cause des rôles sociaux, du tabou sur la violence féminine, de la dévalorisation, de la honte que celle-ci engendre auprès de ces femmes et adolescentes et du déni chez les intervenants.
- Les comportements violents peuvent se répéter d'une génération à l'autre ; c'est pourquoi il est important de considérer la violence féminine à travers les générations.

Aujourd'hui « Face à Face » a étendu son action en créant « Face à Face Ados » qui inclut des adolescents garçons âgés de 13 à 20 ans. Ceux-ci, contrairement aux femmes venant à « Face à Face », ne sont pas forcément volontaires. Globalement, le but de l'association pour ces jeunes consiste à développer leurs capacités d'empathie et aptitudes relationnelles, rendre leurs actes plus réfléchis, consistants, conscients et responsables et enfin, d'acquérir des compétences pour mieux gérer leurs émotions.

A qui s'adresse l'association Face à Face ?

« Face à Face » s'adresse aux femmes auteur(e)s de violences (toutes volontaires) et aux adolescent(e)s âgés de 13 à 20 ans, qu'ils/elles soient volontaires ou non.

Les auteur(e)s d'abus sexuels ne sont pas acceptés au sein de l'association car leur prise en charge requiert une approche spécifique.

Quant aux personnes en crise psychiatrique aiguë et/ou toxico dépendantes, elles sont prises en charge à « Face à Face » uniquement après un traitement préalable.

Les personnes qui vous contactent le font d'elles-mêmes ou conseillées par des proches ou des thérapeutes ?

Les femmes adultes s'adressent à nous spontanément dès qu'elles ont vent de l'association, ceci par les médias principalement, parfois par des proches ou par le réseau des intervenants travaillant sur la violence.

Quel est le déclencheur qui amène à chercher de l'aide ?

Souvent une violence qui sort de l'ordinaire, ou une menace de rupture du conjoint, qu'on va lui retirer ses enfants ou encore la peur de reproduire sur leurs enfants ce qu'elles-mêmes ont subi. Dans tous les cas un épuisement des schémas répétitifs de la violence et de l'impuissance à ce que cela change.

Concrètement comment se passe les premiers contacts ? Et quelle aide thérapeutique leur proposez-vous.

Nous essayons de leur proposer un rendez-vous le plus rapidement possible. Déjà au téléphone nous faisons une certaine évaluation de la

violence, contre les autres et contre soi, des personnes à mettre en sécurité (les enfants) et du prix que la personne aura à payer à chaque fois qu'elle nous voit (en fonction des revenus).

L'association offre plusieurs prestations :

- Des groupes de thérapie pour femmes adultes
- Des suivis à la carte : individuels s'adressant exclusivement aux femmes ayant des comportements violents.
- Des entretiens du couple ou de la famille, des proches impliqués afin de rassurer, sécuriser et soutenir l'entourage.
- Des supervisions individuelles et de groupe.
- Un programme spécifique aux adolescent(e)s durant sept semaines intensives.

Avez-vous des conseils à donner pour la prévention de la violence chez les femmes ?

Qu'elles ne restent pas seules à ruminer, à se culpabiliser et qu'elles s'adressent le plus vite possible à des personnes qualifiées dans le domaine de la violence et des traumatismes. Les comportements violents ne tombent pas du ciel ! Ils ne sont pas une maladie, mais des comportements qu'on peut modifier !

Souvent les femmes sont débordées par leurs multiples rôles (mère, épouse, travailleuse etc..). Levez le pied ! Calculez quel espace vous donnez à votre conjugalité, à votre famille, à votre travail ? Que reste-t-il pour vous ressourcer ? Pour vous ?

Ceci serait mon principal conseil : prenez du temps pour vous ! Prenez des rendez-vous avec vous –même ! Faites-vous plaisir ! Faites une démarche de développement personnel ou thérapeutique, mais surtout sachez qu'il y a des solutions, même si ça prend du temps.

Comment peut-on vous contacter ?

Toute personne peut nous contacter par mail (courriel), par téléphone ou encore par courrier.

Adresse : Association « Face à Face » - Case Postale 261 -1211 Genève 13

Mail : info@face-a-face.info

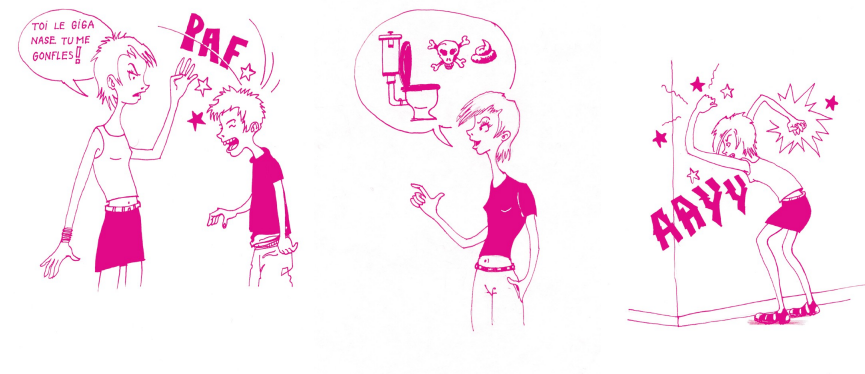
Téléphone - répondeur: 078.811.911.7

Contact : Gachet Claudine

Informations : www.face-a-face.info

Lors de notre prochaine édition, nous aborderons avec Madame Claudine Gachet le vécu de femmes en situation de violence :

La violence physique, la violence psychologique et verbale et la violence contre soi



ACTIVITES PROPOSEES DATES A RETENIR

Mardi 16 septembre : sur l'initiative du DIP et de la Commission cantonale de la famille, **conférence du Dr Marina Croquette-Croquard suivie d'une table ronde.**

Thème : « **Jeunes et internet : Prison ou évasion ?** »

Lieu : Uni Dufour, 20 h. Entrée Libre

Jeudi 11 au dimanche 14 septembre : **week-end prolongé pour le Jeûne Genevois** : venez nous rejoindre dans un chalet à la Forclaz, lieu de détente et de loisir pour les grands et les petits.

Dimanche 12 octobre : nouvelle sortie aux **Bains de Cressy**, après-midi détente et convivialité.

Dimanche 7 décembre : **fête de Noël AFM** à la Maison de Quartier des Eaux-Vives, de 14 heures à 17 heures. Venez nombreux fêter Noël avec nous ! Buffet (vos spécialités seront les bienvenues !), animations et venue du Père Noël au programme.

Du samedi 20 décembre au samedi 27 décembre : **camp de vacances AFM** à Ovronnaz. Une semaine de vacances pour les familles monoparentales. Au menu : sport (initiation raquettes, luge), détente (bains thermaux), divertissements (jeux de sociétés, film) dans un cadre unique.

Projet 2009

Conférence-atelier avec brunch sur le thème :
« A la découverte de nos comportements biologiques parentaux ».

Durée 3 heures

Animatrices :

Christine Ricotti-Saez, thérapeute en bio généalogie et réflexologie.
Séverine Marbach, formatrice d'adulte, thérapeute en kinésiologie et réflexologie.

Cette conférence sera suivie de **3 ateliers**, en groupes plus restreints sur des thèmes définis lors de la conférence-débat en fonction des besoins des participants mais toujours sur le même thème principal: « découverte et apprentissage de nos comportements parentaux. »

Durée 2h/atelier

Objectif :

Définir les rôles de père-mère / homme-femme.

Les différents stades de l'autonomie.

Apprendre à reconnaître nos propres comportements.

Applications à la vie quotidienne.

Partage d'expérience.

Bilan et mise en action de processus de changement dans la vie quotidienne.

Méthodes :

Brain gym, bio généalogie, psychologie énergétique.

Cette conférence et ces trois ateliers auront lieu début 2009, un dimanche par mois. Dates dans notre prochaine édition.

COTISATIONS

Comme chaque année, voici venue l'heure des cotisations !
Votre soutien est nécessaire pour la poursuite des activités, sorties et autres manifestations proposées par l'AFM. **Nous vous remercions d'avance de bien vouloir vous acquitter de votre cotisation annuelle (entre Fr. 30.- et Fr. 60.- selon vos possibilités)**, au moyen du BVR ci-joint.

Tout don supplémentaire est évidemment bienvenu !

Que celles et ceux qui ont déjà versé leur participation soient ici chaleureusement remerciés.

Par mesure d'économie, pour éviter des frais d'envois inutiles, nous nous permettons de radier de notre liste les personnes qui ne se seront pas acquittées de leurs cotisations depuis 3 ans et qui n'auront pas manifesté le désir de rester membre de l'AFM