



COMMEQUIERS RETRAITE AMITIÉS SPORTS

CORASPORTS

LETTRE n°2 du Président



7 janvier 2022

Chères adhérentes, chers adhérents

L'an passé, à pareille époque, nous faisons le bien triste bilan d'une année 2020 sous le signe de la pandémie et nous nous souhaitons une année 2021 qui, nous le pensions, ne pouvait qu'être meilleure.

Nous voici aujourd'hui à dresser le constat que 2021 n'a guère été à la hauteur de nos espérances et la crise sanitaire n'en finit toujours pas de nous perturber dans notre quotidien.

Qu'en sera-t-il pour 2022 ? Le virus circule toujours, de variant en variant, ne cesse de se transformer et de se répandre au travers le monde rendant très difficile tout déplacement et toute vie sociale.

Mais ne dit-on pas que l'espoir fait vivre ? Il serait alors dommage de se résigner et de ne pas croire à nouveau en un avenir plus serein. Un avenir qui nous redonne le goût de la liberté et de l'envie de vivre tout simplement. Les consignes sanitaires et notre espérance devraient nous aider à endiguer cette épidémie. Alors nous pourrions de nouveau organiser nos activités/festivités et partager le bonheur de se retrouver ... sans masque !

Le comité directeur s'est réuni le lundi 3 janvier 2022 (1) Encore une fois et à cause des consignes sanitaires, nous avons annulé la galette des Rois prévue le jeudi 20 janvier. Croyez-moi, cette décision nous rend bien tristes mais force est de constater que le nouveau virus se répand très rapidement. Nous devons continuer à respecter les gestes barrières, à porter le masque et à présenter son pass-sanitaire, consignes toujours en vigueur.

Nos activités ont repris normalement.

A compter du 1^{er} janvier, la salle omnisport est en réfection. C'est pourquoi, le tennis rebond est transféré à Saint Révérend, à la salle omnisports, rue René Bazin, Elle nous est réservée le mercredi matin de 10h00 à midi.

Après deux années de réflexion, de prises de contact et de formations, Claude BIGEARD nous présente une nouvelle activité appelée Sections Multi-activités Senior (SMS). C'est un parcours de remise en forme pour un public senior qui peut :

- avoir des difficultés à suivre les activités proposées par le club ;
- souffrir de certaines pathologies ;
- rencontrer ou avoir rencontré des problèmes de santé

Objectifs : favoriser un retour à l'activité physique, conserver ou améliorer ses capacités, travailler et entretenir l'équilibre, la souplesse, la coordination, la mémorisation et le renforcement musculaire, conserver le lien social à travers une activité pratiquée dans un cadre convivial.

Comment : par un travail ludique et diversifié en petits groupes, répartis sur plusieurs ateliers. Durée de la séance : de 1h à 1h30.

Avec qui : des animateurs qui ont reçu une formation spécifique. C'est le cas de Claude qui vient de terminer son M2 (formation spécifique, autorisé à dispenser une activité physique adaptée.

Activité qui pourra même être prescrite par le médecin traitant). Il sera accompagné de Charlotte NUTSCH dont vous connaissez la compétence.

A l'unanimité, les membres du comité directeur ont donné leur accord.

Claude vous donnera des précisions après avoir contacté les personnes ad hoc pour : la salle, les matériels, le jour disponible de la semaine et les horaires. D'ores et déjà, si vous connaissez des personnes que cette activité pourrait intéresser, prenez contact avec Claude. Pour une question d'assurance, la licence du club est obligatoire.

Toutes nos activités doivent être encadrées par des personnes qualifiées. Actuellement, Hubert et Claude CH. sont responsables des marches du lundi ; deux personnes seraient nécessaires pour renforcer les équipes, « femme ou homme ». Les volontaires seront formés au premier secours (PSC1) et à la formation commune de base (FCB). Ces formations sont de l'ordre de 1 à 2 jours. N'hésitez pas à vous faire connaître car il serait dommage d'arrêter cette activité par manque d'encadrement.

En haut à gauche de cette lettre, apparaît le logo de CORASPORTS. Ce logo identifie le club pour toutes les correspondances « intérieures et extérieures ». Prochainement, nous vous communiquerons sur notre site internet CORASPORTS, les articles et les objets promotionnels détenteurs de notre logo que vous pourrez commander.

Notre responsable des voyages, Josiane, nous assure que pour le moment le voyage en Italie est toujours programmé. Et comme les voyages forment « la jeunesse », elle est en étude d'un autre voyage, prévu en Automne, d'une semaine en Alsace.

Afin de coordonner et de garder l'ouverture de la salle Clemenceau le lundi après-midi, à partir de 14h00, il serait souhaitable que les joueurs de carte arrivent à 13h55 au plus tard, juste avant le départ de la petite marche de 4 à 5 Kms qui est prévue aux alentours de Commequiers.

Pour information :

Tous les jeudis soirs de 20h00 à 23h00, un petit groupe d'une dizaine d'adhérents se retrouvent à la salle Clemenceau pour jouer au tarot. Le nombre de participant n'est pas exclusif, la salle et le jeu sont ouverts à tous. Si toutefois, vous êtes plutôt intéressés par le jeu de belote, pas de problème, comme pour le lundi après-midi, nous nous organiserons pour que tout le monde joue.

- L'effectif de CORASPORTS est actuellement de 133 adhérents actifs et 23 sympathisants. N'hésitez pas à parler autour de vous du club et de ses activités.

Au nom du Comité Directeur et en mon nom, je vous adresse mes meilleurs vœux pour l'année 2022. Que celle-ci vous apporte, ainsi qu'à vos proches, la réalisation de tous vos vœux, qu'elle vous garde en bonne santé, vous permette de vivre de bons et beaux moments avec ceux que vous aimez et vous offre les meilleurs amis et alliés dans la conduite de vos projets.

BONNE ANNÉE ou BOUNE ANAÏE

Alain BURGAUD

1)- vous avez le compte rendu sur le site internet de CORASPORTS <https://corasports.jimdofree.com/>.