



Assemblée Générale de l'Association Sénior Sport Santé à Quimper 13 octobre 2023

Avant d'ouvrir la séance Marc demande d'avoir une pensée pour nos copains Solange et Pierrick qui nous ont quitté brutalement pendant les vacances d'été.

Du sport pour les séniors par les séniors

L'association Sénior Sport Santé à Quimper s'est réunie en assemblée générale en son siège le 13 octobre 2023 à 18h.

- Le président Marc Dornet informe l'assemblée de la participation, 28 présents, 22 représentés, soit 50 adhérents présents ou représentés sur 62 au 10 octobre 2023.
- Le quorum (32) étant atteint, l'assemblée générale ordinaire peut donc se poursuivre et peut valablement délibérer.

Ordre du jour

- Présentation des invités, suivis de la présentation des bénévoles et futurs animateurs
- Approbation du procès verbal de l'assemblée Générale du 14 octobre 2022
- Rapport moral du président et compte rendu d'activités suivis du vote d'approbation
- Résultat des comptes suivis du vote d'approbation
- Projets pour la saison 2024 suivis du vote d'approbation
- Cotisation pour la saison 2024/2025
- Budget prévisionnel saison 2024 suivis du vote d'approbation
- Election du comité directeur
- Désignation des représentants du club au CODERS
- Questions diverses
- Pot de cohésion





Les Invités , les bénévoles, les futurs animateurs

Les invités présents

Pierrick Ferrec Président du Coders
Charles Fravalo co-président de Vitalité Océane Concarneau
Maxime Le Boursicault Conseiller Technique Fédéral Excusé
Véronique Arzul de la société Odéssia

Les membres du comité directeur

Maurice Vice président du Coders, adhérent de 3SQ
Jean-Pierre, Vice président de 3SQ Excusé
Albane, Secrétaire de 3SQ et animatrice GMF
Pascale, Trésorière Excusée
Katia, Trésorière adjointe Excusée
Adeline, référente formation,
Pierre ,membre du comité directeur, s'occupe du site Web
Raynald, membre du comité directeur, s'occupe du site Web, et de l'activité boules santé

Les bénévoles

Michelle,
Et aussi Jacqueline, Gwenola, Maryvonne, Liliane ...

Les futurs animateurs :

Michel et Robert se sont engagés dans un parcours de formation organisé par la FFRS, d'environ cent heures, pour devenir animateur fédéral. Michel en Marche Aquatique et Robert en Randonnée Pédestre.

Adeline, en cours de formation marche de proximité

L'assemblée est interrompue par l'arrivée de Madame Véronique Arzul de la société Odessia vacances . Sa venue était prévue.

Madame Arzul nous présente le séjour de 8 jours et 7 nuits qui sera proposé à l'île de Ré en avril 2024 pour 533€ comprenant 4 visites avec un guide dont une avec un déplacement en autocar.

Après l'intervention de mme Arzul l'assemblée générale reprend son cours normal.

-Approbation du procès verbal de l'assemblée Générale du 14 octobre 2022

Chacun a été destinataire de ce compte rendu .

Marc demande aux participants : Il y a-t-il des questions ?

Devant l'absence de question il est passé au vote d'approbation : l'assemblée approuve le compte rendu à l'unanimité.



Marc présente son rapport moral.

Rapport moral du président

Comme à chaque assemblée générale, j'ai un grand plaisir à vous retrouver tous et d'accueillir nos nouveaux amis qui sont convaincus que la pratique régulière et en groupe de plusieurs sports est un bienfait pour conserver la santé, la force physique et mentale et pour lutter contre les effets du vieillissement.

Moment clef de la saison qui vient de débiter, cette assemblée va nous permettre de débiter de l'avenir de notre club.

Cette assemblée est particulière, en cela qu'elle correspond à la saison 2024 qui est une année olympique et qui verra, en octobre 2024 la fin du mandat de président qui m'a été confié en 2019.

La période estivale s'éloigne, une nouvelle saison sportive, la sixième (déjà) depuis 2019, a démarré selon le planning accessible sur notre site web à la page Agenda.

Si certains d'entre vous ont poursuivi, en groupe ou individuellement, leurs activités sportives durant l'été, il nous faut tous retrouver la motivation pour entretenir notre forme physique tout en partageant, ensemble, empathie, bonne humeur et convivialité.

Quant aux nouveaux adhérents, qui se sont présentés depuis le 8 septembre, les animateurs et les anciens adhérents se font un plaisir de les accueillir dans les meilleures conditions possibles pour bien les intégrer dans notre club.

Notre club, comme dans tous les clubs de la FFRS reste avant tout un lieu de rassemblement, de convivialité, de contacts et d'échanges, ce qui nous permet de conserver un bien-être physique et moral au quotidien.

Nul esprit de compétition, nulle recherche de performance, mais au contraire la volonté d'accueillir tous les séniors de plus de 50 ans en privilégiant la qualité du lien social et la convivialité.

Nouveauté cette saison nous pouvons accueillir les plus de 40 ans sur dérogation de la fédération.

Nos valeurs restent celles de la Fédération Française de la Retraite Sportive (FFRS) :

Sénior : une pratique adaptée à l'âge et à la forme des séniors

Sport : une pratique de loisir sans esprit de compétition encadrée par des bénévoles

Santé : une pratique qui préserve le capital santé

Le tout dans un esprit de convivialité

Le nombre de licenciés est à ce jour de 62, nous étions 61 la saison dernière (voir tableaux). Saison que beaucoup de club sportif de France ont appelé « la saison de reprise après pandémie ».

En effet, beaucoup de club ont vu leur effectif monter en flèche mais la plupart de ses nouveaux pratiquants n'ont pas poursuivis après les fêtes de fin d'année et cela beaucoup plus que d'habitude.

Ce fut le cas aussi dans notre club.

Ainsi 50 adhérents ont renouvelé leur licence, 9 personnes n'ont pas pu ou n'ont pas repris leur licence, 2 non pas renouvelé parce que nous avons refusé de faire une remise sur la cotisation.

Avec 9 activités proposées dans notre club dont 4 en collaboration avec Vitalité Océane pour un prix forfaitaire fixée par l'assemblée générale de 2019, il est possible de pratiquer une ou plusieurs activités. Doit-on modifier la cotisation en tenant compte du nombre d'activité pratiqué par chacun ? Commencez à y réfléchir nous en discuterons tout à l'heure.

Nous devons développer le lien social, les projets de sorties extérieures, de séjours organisés. Je vous propose de créer un groupe de réflexion autour du thème « sortie et voyage » ?



En ce début de saison sportive 2023-2024 je veux vous redire que notre club ne peut assurer sa pérennité sans l'engagement de ses adhérents dans les structures du club.

Les adhérents étant le cœur de notre association, doivent pouvoir participer activement en faisant des propositions sur leurs activités, en animant une activité sportive ou culturelle ou en participant aux travaux du comité directeur.

Pas besoin d'être un(e) spécialiste, uniquement de l'empathie, de l'envie, du courage et de la ténacité. Vous serez entouré, accompagné, et formé si vous le souhaitez tout au long de votre engagement.

Vous êtes ou avez été animateur, animatrice ou entraîneur dans une autre fédération sportive française, après avis de la fédération, je vous remettrai une autorisation d'encadrement dans l'activité que vous voudrez créer ou animé ou vous deviendrez « Animateur Fédéral » dans le cadre de la validation des acquis de l'expérience (VAE).

Mon plus vif souhait est de voir plusieurs d'entre vous, soit venir rejoindre Adeline, Robert et Michel, notre animatrice fédérale GMF ainsi que votre animateur préféré ou bien venir rejoindre le comité directeur afin de contribuer à la bonne marche et à la continuité de notre club pour le bien-être de tous.

La création du comité départemental la saison précédente, nous permet maintenant de ne plus être obligé de faire 500 kms pour accéder à des formations fédérales, déjà des formations ont commencé à Concarneau.

Ainsi si vous voulez vous investir, aider, encadrer, créer, animer, venez en parler, venez vous renseigner.

Il est impératif d'apporter du sang neuf à l'encadrement pour apporter de nouvelles idées, de nouvelles ambitions. Je sais que je peux compter sur vous, sur votre sens de l'engagement, votre esprit d'innovation et surtout sur votre souci de faire vivre votre club afin de permettre au plus grand nombre de s'épanouir dans la pratique régulière d'activités physiques variées, voire culturelles, source de bien-être et de maintien en meilleure santé.

Participer aux activités comme adhérent c'est bien, aider chaque fois que le club organise quelque chose c'est mieux, et s'impliquer dans le club comme animatrice, animateur ou en prenant des responsabilités collectives c'est encore mieux.

En prenant votre licence, vous avez fait le choix de rester ou de devenir membre solidaire de notre club, merci de votre fidélité, merci de votre soutien, merci à nos bénévoles et bonne saison 2023/2024.



Puis Albane présente le rapport d'activités

Les activités en 2022/2023:

Je vous rappelle qu'en cas de vigilance météo orange et plus les activités extérieures sont annulées. En cas de vigilance jaune la décision de maintien est prise par l'animateur et les participants.

Durant la saison 2022/2023 le club a organisé ou a été représenté à différentes activités ou manifestations.

24 randonnées à la demi-journée, dont 1 en juillet, (la vigilance météo orange ou jaune nous en a fait annuler 17), 3 journées pique-nique avec une participation moyenne de 11 personnes (maxi 15 - mini 3)

20 randonnées en collaboration avec le club de Concarneau avec une participation moyenne de 6 personnes.

52 marches santé avec une participation moyenne de 13 personnes (maxi 16 - mini 6)

135 séances de GMF avec une participation moyenne de 15 personnes (maxi 28 - mini 5)

33 séances Activ'Mémoire avec une participation moyenne de 9 personnes (maxi 15 mini 5)

10 séances pour l'activité Boules Santé qui a accueillie en moyenne 7 adhérents.

Première journée interclubs à la halle des sports de Penhars qui a réuni 78 participants autour de plusieurs activités de Vitalité Océane et de 3SQ.

75 randonneurs ont parcourus le chemin que nous avons balisés dans le cadre des « chemins de l'été » organisé par l'agglomération Quimper Bretagne Occidentale.

Participation au forum des associations de Quimper en septembre.

Sortie au Château de Trévarez pour l'exposition de Noël, 7 participants.

Participation au « Printemps de Créach Gwen » en avril 2023 où des résidents des Ehpad de Quimper et d'un centre d'accueil d'handicapés ont pu tester l'activité « Activ'Mémoire »

Participation à l'assemblée générale de la maison de quartier du Corniguel en juin 2023

Participation à Octobre Rose et remise d'un chèque de soutien de 50€ à l'association Kemper'Ose

2 représentants du club ont assisté à l'AG du CODERS 35

Création du CODERS 29 en décembre 2022

3 adhérents ont suivi la formation commune de base à Concarneau en février.

Vous étiez 23 au repas de l'assemblée générale en octobre à la Cantine, 36 à la galette des rois en janvier et 35 au repas de fin de saison du club au Sabre.



Marc demande aux participants : Il y a-t-il des questions concernant le rapport moral et le rapport d'activité?

Devant l'absence de question il est passé au vote d'approbation :
l'assemblée approuve le rapport moral et le rapport d'activité à l'unanimité.

Adeline présente le bilan financier de la saison 2022/2023

RAPPORT FINANCIER

Activités et comptabilité du 01/09/2022 au 31/08/2023

Produit : 5056,36

Charges : 5039,83

Solde de l'exercice : 16,53€

Situation bancaire au 31/08/2023 : + 696,42€

Le total des produits par rapport au charges fait apparaître un résultat de : + 16,53€

Points marquants du 01/09/2022 au 31/08/2023

61 adhésions : 4104€

Subvention conseil départemental : 225€

Frais de gestion : 642€ (site Web, fournitures de bureau,adhésion organisation extérieure, location de salle...)

Prélèvement de la FFRS : 1736€ (licences, assurances,formations,...)

Versement au CODERS : 366€

Achat de matériel : 674€

Dépense de Cohésion et de lien social : 1537€

Formation Sport Santé (5 personnes) : 400€

Marc demande aux participants : Il y a-t-il des questions concernant le bilan financier?

Devant l'absence de question Il est passé au vote d'approbation :
l'assemblée approuve le bilan financier à l'unanimité.



Les projets pour la saison 2024 :

Continuons !

Malgré les efforts des bénévoles, nous n'avons pas pu finaliser tous les projets validés par la précédente assemblée générale. Toutefois, une nouvelle activité va commencer lundi « L'approche de Qi Gong »

1- Continuer à encourager les adhérents à devenir animateurs ou à créer une activité sportive, ludique ou culturelle :

A la FFRS plus de 90% des activités sont encadrées par des adhérents bénévoles, titulaires du Brevet Fédéral d'Animateur (BAF) de compétences.

Tout adhérent peut devenir animateur, cela implique une formation faite en 3 parties, cette formation très conviviale est toujours appréciée des stagiaires.

Même si vous n'êtes pas présent toute la saison, le peu de temps que vous donnerez, permettra aux animateurs déjà formés de pouvoir « souffler un peu », et cela évitera la suppression de séances.

2- Développer le club et assurer sa pérennité :

Je le redis,

Le développement du club passera par les adhérents qui accepteront de s'investir et aideront à encadrer et animer les activités existantes ou souhaiteront créer une activité sportive, ludique ou culturelle.

La formation sera au cœur de l'action du comité directeur.

Avec un cursus qui démarrera par la formation aux premiers secours.

Les adhérents étant le cœur de l'association doivent pouvoir participer activement en faisant des propositions sur leurs activités, ou en participant aux travaux du comité directeur.

Par exemple : choisir le point de départ d'une randonnée, proposer une sortie, un voyage, etc...

3- Développer la convivialité au sein du club:

Continuons sur notre lancée, intégrons encore plus facilement les nouveaux et développons les goûters de fin de séances, et essayons enfin de pouvoir partir ensemble lors d'un séjour à thème.

Cette année un séjour à l'île de Ré est reprogrammé.

4- Création d'une activité SMS

Cette activité est à destination d'un public sédentaire ou de personne en initiation ou reprise d'activité physique.

5 bénévoles ont suivi une formation en septembre 2022 auprès de L'ARS.

5- Journée porte ouverte interclubs à Concarneau

Pendant cette journée, nous pratiquerons des activités en commun avec le club Vitalité Océane et faisons de cette journée porte ouverte une belle journée.

6- Création d'un groupe de réflexion sur le thème « Sorties et Voyage »

7- CODERS

L'assemblée générale du CODERS29 aura lieu le 24 novembre 2023 à l'Espace Associatif Quimper Cornouaille. Il nous faut désigner 6 représentants qui auront droit de vote à cette assemblée. En plus des membres de notre club qui participent déjà aux travaux du CODERS 29.



8-Propositions diverses

Séjour à Ile de Ré, minimum 15 personnes ,sorties diverses, etc.



BUDGET PREVISIONNEL SAISON 2023/20234

Le budget 2023/2024 est établi sur la base de 58 renouvellements individuels et adhésions au 5 octobre 2023.

Produit :

- Renouvellement ou adhésion 71€X 62	4402€
- Subvention FFRS	300€
- Subvention conseil départemental 5€X61	305€
- Total	5007€

Charge :

- Licence FFRS	26€ X 62	1612€
- CODERS	6€ X 62	372€
- CORERS	4€ X 62	248€
- Formation		700€
- Achat de matériel (randonnée, marche océane...)		300€
- Gestion		690€
- Cohésion et lien social		1085€
- TOTAL		5007€

Budget 2024 à l'équilibre

Marc demande aux participants : Il y a-t-il des questions concernant les projets pour la saison 2024 et sur le budget?

Un adhérent demande à quoi correspondent les dépenses de cohésion et de lien social ?

Maurice répond ce sont les participations du club aux coups à boire et aux repas

Marc complète en précisant : C'est par exemple l'achat de gobelets remis à chaque adhérent, la participation du club pour l'achat des polos, la participation du club à divers événements sportifs, culturels ou une participation pour les sorties ou voyages.

Devant l'absence d'autres questions il est passé au vote d'approbation :
l'assemblée approuve les projets et le budget à l'unanimité.



La cotisation pour la saison 2024/2025

Le calcul de la cotisation a été fixée lors de la création du club en février 2019. Il s'agit d'un montant forfaitaire permettant aux adhérents d'accéder à toutes les activités proposées par le club.

Ce calcul tient compte de la répartition entre les différents acteurs de la Fédération Française de la Retraite Sportive (FFRS) a savoir :

- La FFRS
- Le Comité Régional de la Retraite Sportive (CORERS)
- Le Comité Départemental de la Retraite Sportive du Finistère (CODERS29)
- Le Club,

En 2019 la répartition était la suivante :

FFRS 20€, CORERS 4€, CODERS 6€, Club 35€ soit un total par adhérent de 65€

Cette saison la répartition est de :

FFRS 26€, CORERS 4€, CODERS 6€, Club 35€

Les parts CORERS, CODERS et club sont inchangés depuis 2019 il n'y a pas à ce jour d'augmentation de prévu pour l'instant.

La part club est en réalité actuellement de 39€ du fait que le CORERS ne sera créé qu'en 2024.

Donc en 2025 les ressources de notre club seront amputé de 4 €.

Certains adhérents estiment que les animateurs devraient bénéficier d'une remise du fait qu'ils s'investissent chaque semaine et laquelle ?

D'autres pensent qu'il faut renoncer à un prix forfaitaire et fixer la cotisation en fonction du nombre d'activités pratiquées.

Maurice intervient en précisant que l'adhésion à la carte serait pour le club « ingérable » et que chaque individu entre dans un club en totalité. Que les adhérents ne faisant qu'une seule heure de gym pourrait aussi demander un tarif dégressif ainsi que ceux qui ne font qu'une seule marche santé dans la semaine.

Les membres du comité directeur et les animateurs peuvent-ils bénéficier d'une remise supplémentaire prise en charge par le club et laquelle?

Maurice est intervenu en rappelant qu'il est Président des Archers de l'Odét et que bien avant sa nomination, les membres du comité directeur bénéficiaient déjà d'une réduction. Il est important de faire bénéficier les membres du comité directeur et les animateurs d'une réduction du fait de leur engagement.

Robert indique que pour sa part il ne s'engage pas dans la voie du bénévolat pour avoir une réduction. D'autres disent que les animateurs ne devraient rien payer et que les licences seraient prises en charge par le club. Albane souhaite s'acquitter comme tout à chacun de la part restant au club.

Adeline, quant à elle, propose que les membres ne s'acquittent que d'un minimum de 10 €.

Tous les membres du comité directeur et les animateurs qui souhaiteront payer le prix normal pourront le faire.



Czeslawa s'inquiète du fait que le club aurait donc une baisse de ressources. Marc a répondu que cela n'aura pas d'incidence sur le budget 2025 puisque celui-ci tiendra compte du fait que les membres du comité directeur et les animateurs auront une réduction.

Marc propose après discussions, de voter ces résolutions.

La cotisation doit-elle tenir compte du nombre d'activités ? Il est voté NON à l'unanimité

Doit-on augmenter la saison prochaine la cotisation ? Et de combien ? Il est voté NON à l'unanimité

Doit-on accorder des remises aux animateurs et laquelle ? Il est voté une remise de 35€ à la majorité , 12 participants s'étant abstenus. Aucun n'ayant voté contre.



Election du comité directeur

Je rappelle que notre Fédération a pour particularité de reposer entièrement sur l'engagement de ses adhérents bénévoles pour l'animation ainsi que pour le fonctionnement des clubs.

Pour mémoire l'assemblée générale 2020 n'a pas pu se tenir du fait de la pandémie. Ce n'est qu'en 2021 que nous avons pu élire le premier comité directeur qui a suivi la création du club.

Un renouvellement par tiers est prévu par les statuts, nous devons donc poursuivre la procédure qui nous mettra en conformité avec les statuts en octobre 2024 pour la saison 2025.

Le comité directeur est composé de 2 à 10 membres. Il est actuellement composé de 7 personnes. Il reste trois places d'administrateurs à pourvoir.

Le comité directeur se réunit environ trois fois par saison sportive et du fait que chaque semaine nous nous voyons, des sujets sont abordés et des décisions sont prises, sans faire de réunion, et font l'objet d'un compte rendu.

Les membres sortant qui renouvellent leur candidature sont :

Jean-Pierre Gonnot
Adeline Huet

Les membres sortant qui ne renouvellent pas leur candidature sont :

Katia Meleynec

Marc propose aux adhérents qui le souhaitent de rejoindre le comité directeur.

Devant l'absence de réponse il est passé au vote.

Jean-Pierre Gonnot et Adeline Huet sont réélus à l'unanimité.

Conformément aux statuts de l'association les personnes souhaitant participer en cours de saison aux travaux du comité directeur pourront être admis par cooptation.



Désignation des représentants du club au CODERS 29

L'assemblée générale du Coders 29 se tiendra à l'espace associatif Quimper Cornouaille,(ici), le vendredi 24 novembre de 17h00 à 20h00.

Conformément à l'article 3 du règlement intérieur du CODERS qui complète l'article 6.3 de ses statuts, nous devons désigné six adhérents qui représenterons notre club, avec nos représentants actuels qui sont, Maurice, Adeline et Marc.

Devant l'absence de réponse il sera demandé au membre du comité directeur de représenter le club.

L'ordre du jour étant terminé il est mis fin à l'assemblée générale ordinaire à 20H.



QUESTION DIVERSES

-Lors des manifestations ou sorties proposées il est important de rendre au plus vite ou par retour vos inscriptions avec le règlement. Sans le règlement aucune inscription ne peut être retenue.

-Animateur pourquoi pas vous.

Il suffit de bien connaître l'activité (mais nul besoin d'être un expert) d'en avoir une pratique régulière et d'être motivé pour encadrer un groupe en toute sécurité.

Plusieurs voies s'offrent à vous

-La reconnaissance de la formation dans une autre fédération sportive.

-La validation des acquis.

-La formation gratuite de la FFRS en alternance d'une durée de 100h dont 70h en stage est construite selon un cursus progressif généralement réparti sur une saison sportive.

1 - Plusieurs d'entre vous avez évoqué la possibilité que Marc Albane, en reconnaissance de leur bénévolat, soient exemptés de la cotisation à l'association soit 39 euros chacun.

2 – Vous aimeriez discuter également, pour l'année prochaine, sur le nombre d'adhérents. Ne pouvant pas pousser les murs de la salle du Corniguel, si le nombre d'inscrits à la GMF s'accroît il faudra trouver une solution. Devrions nous encore réduire d'une heure notre participation à la gym ? Pas simple, il faut l'admettre. Certes le prix est très attractif et tout le monde a le droit à faire du sport.

-

