



Assemblée Générale ordinaire (AGO) de l'Association Sénior Sport Santé à Quimper 11 octobre 2024

Du sport pour les séniors par les séniors

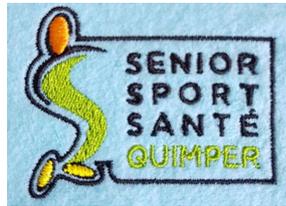
L'association Sénior Sport Santé à Quimper s'est réunie en assemblée générale le 11 octobre 2024 à 17h.45

- Le président informe l'assemblée de la participation, 42 présents et 22 représentés,
- Le quorum étant atteint, l'assemblée générale ordinaire peut donc se poursuivre et peut valablement délibérer.

Ordre du jour

- Présentation des invités, suivi de la présentation des membres du CD sortants et des bénévoles
- Approbation du procès verbal de l'assemblée générale du 13 octobre 2023
- Rapport moral du président et compte rendu d'activités suivi du vote d'approbation
- Résultat des comptes suivi du vote d'approbation
- Projets pour la saison 2025 suivi du vote d'approbation
- Budget prévisionnel saison 2025 suivi du vote d'approbation
- Cotisation pour la saison 2025/2026
- Election du comité directeur
- Désignation des représentants du club à l'AGO du CODERS 29
- Questions diverses
- Pot de cohésion





Les Invités , les bénévoles, les animateurs

Les invités présents

Pierrick Ferreck président du CODERS 29
Loïc Brigant président de Vitalité Océane à Concarneau

Les membres du comité directeur sortants

Marc Dornet, président
Jean-Pierre, vice président
Albane, secrétaire
Pascale, trésorière
Annie Louédec

Marc remercie la maison de quartier du Corniguel pour son accueil ainsi que Pascale et Jean-Pierre , qui nous accompagnent depuis la création du club et qui quitteront aujourd'hui le comité directeur. Pascale a tenu les comptes du club et Jean -Pierre a contribué à la vie du CD et tous les deux ont apporté des idées pendant les débats.

Les animateurs, Albane, Michel, Robert, Marc, ces animateurs sont bénévoles et titulaires d'un diplôme reconnu par le ministère en charge des sports au même titre que n'importe quel entraîneur dans d'autre fédération sportive.

Les bénévoles

Maurice vice président du CODERS 29 (excusé)
Michelle, Jacqueline, Gwenola, Maryvonne, tous celles et ceux qui ont participé et ont aidés tout au long de la saison.
Merci aussi aux 10 bénévoles qui ont accompagnés les randonneurs des chemins de l'été.

Quelques adhérents en profitent pour dire qu'il ne souhaitent pas être en photo sur Facebook.

-Approbation du procès verbal de l'assemblée Générale du 13 octobre 2023

Chacun a été destinataire de ce compte rendu qui était joint à l'invitation pour cette AG et ce compte rendu était aussi lisible sur le site web de notre club depuis novembre 2023.

Marc demande aux participants : Il y a-t-il des questions concernant ce compte rendu?

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



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, pour lutter contre les effets du vieillissement et éviter de s'isoler.

Moment clef de la saison qui vient de débuter, cette assemblée va nous permettre de débattre à nouveau de l'avenir de notre association.

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 en privilégiant la qualité du lien social et la convivialité.

Ainsi la complémentarité des activités proposées permet à la fois d'entretenir l'endurance aérobie, la force musculaire, la vitesse de réaction, la souplesse, l'équilibre, la coordination, la mémorisation...

Les activités sont encadrées par des bénévoles formés par la Fédération et titulaires d'un brevet fédéral reconnu par le ministère chargé des Sports. Ces bénévoles effectuent des prestations de qualité.

Tout adhérent motivé peut devenir animateur au terme d'un cursus en alternance accessible gratuitement ou par la VAE

Bilan (un bilan complet sera présenté par Albane)

Le bilan des activités de la saison montre une implication importante des animateurs bénévoles et des animateurs en formation ainsi que des membres du comité directeur de notre club et une participation importante des adhérents pendant les activités.

Les adhérents ont répondu présents chaque fois que l'on a proposé des sorties et des moments de convivialité ou de cohésion.

La fête du club a été une réussite. Un grand merci aux Archers de l'Odét pour leur accueil le 21 juin 2024.

La saison actuelle voit la création de deux nouvelles activités à savoir le foot en marchant et la marche aquatique côtière. Ceux sont donc sept activités possibles que les adhérents pourront pratiquer en cette saison sportive 2025 pour une cotisation annuelle modeste. Cette cotisation doit être adaptée pour tenir compte de l'augmentation importante du nombre d'adhérents (29%) et permettre à chacun de participer à un maximum d'activité, nous en parlerons tout à l'heure.

2024, année olympique, notre club lors de cette assemblée générale ordinaire verra le renouvellement de son comité directeur, nous avons besoin de toutes les bonnes volontés,

Je serai candidat à nouveau à ma succession cette saison pour trouver et accompagner celle ou celui qui sera notre futur président-e

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

Pas besoin d'être un(e) spécialiste, simplement avoir le plaisir de partager, 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.

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

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 ou culturelles, source de bien-être social et de maintien en meilleure santé.

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 2024/2025 .



Bilan des activités présenté par Albane

Les temps forts durant cette saison 2023-2024

Comme chaque année, la saison a commencé par la journée portes ouvertes à la maison de quartier du Corniguel et par le forum des associations. Ainsi la saison dernière notre club s'est enrichi de 5 membres supplémentaires passant ainsi de 59 à 64 adhérents. L'assemblée générale du club a réuni 40 adhérents et 22 ont participé au dîner qui a suivi. Deux bénévoles se sont engagés en 2023 pour devenir animateur fédéral. Ils ont réussi en 2024 leur examen de fin de formation, l'un en randonnée pédestre l'autre en marche aquatique côtière.

Après celle de Quimper en 2023, la journée interclub 2024 à Concarneau a été une réussite

Les activités en 2023/2024:

Durant la saison 2023/2024 le club a organisé ou a été représenté à différentes activités ou manifestations.

41 randonnées à la demi-journée, 2 journées pique-nique avec une participation moyenne de 14 personnes (maxi 17-mini 3)

22 marches santé avec une participation moyenne de 10 personnes (maxi 16- mini 6)

130 séances de GMF avec une participation moyenne de 22 personnes (maxi 28 - mini 5)

30 séances Activ'Mémoire avec une participation moyenne de 12 personnes (maxi 15 mini 5)

24 séances de Qi Gong avec une participation moyenne de 10 personnes (maxi 12 mini 7)

À la journée interclub à Concarneau 17 adhérents de Quimper ont participé

50 randonneurs ont parcourus le chemin que nous avons balisés dans le cadre des « chemins de l'été » organisé par l'agglomération Quimper Bretagne Occidentale. Ils étaient encadrés par 10 bénévoles du club

Participation au forum des associations de Quimper en septembre.

Sortie au Château de Trévarez pour l'exposition de Noël , 18 participants.

Sortie à Locronan pour les illuminations de Noël et petite marche ,3 participants

Participation à l'assemblée générale de la maison de quartier du Corniguel en juin 2024

Initiation au tir à l'arc ,7 participants initiation au Disc'Golf 15 participants

Repas de début de saison, 22 participants

Galette des rois , 43 participants

Repas de fin de saison, 35 participants

Formation de 2 animateurs , Michel en marche aquatique côtière à Concarneau et Robert en randonnée pédestre à Piriac sur mer Avant de passer au vote d'approbation du rapport moral et d'activités, Marc demande s'il y a des questions ?

Une adhérente demande des informations sur l'activité Disc Golf et est-elle prévue au planning ?

Marc répond et explique en quoi consiste cette activité. La mise en place de cette activité ne pourrait se faire qu'avec une personne voulant encadrer cette activité et nécessiterai l'achat de matériel et trouver un terrain.

Il est passé au vote d'approbation. Le rapport moral et d'activités est adopté à l'unanimité.



RAPPORT FINANCIER présenté par Pascale
Activités et comptabilité du 01/09/2023 au 31/08/2024

Produits : 8106€

Charges : 6617,13€

Solde de l'exercice : 1482,87€

Situation bancaire au 31/08/2024 : 652,80€ sur le compte et 41€ en espèces.

Compte associatif (livret A): +1615,73€

Les Points Importants

64 adhésions et 3 cartes découvertes : 4700 €

Subvention conseil départemental: 305 €

Subvention FFRS: 1200 €

Frais de gestion : -946,99

Prélèvement de la FFRS : -2304 €

Formations : - 640€

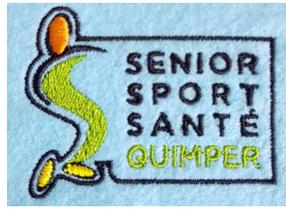
Achat de matériel : - 610 €

Dépense de Cohésion et de lien social : -916,40 €

*L'apport volontaire des animateurs, des membres du CD, et des bénévoles, a représenté une contribution annuelle en nature de 26000€ pour la saison 2023/2024.

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

Devant l'absence de question, il est passé à la suite de l'ordre du jour.



Les projets pour la saison 2025 : Continuons !

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 :

Le développement du club passera par l'accueil de tous les séniors qui souhaitent reprendre ou continuer des activités physiques sans esprit de compétition et 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.

De même 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 activité, 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 de partir ensemble lors d'un séjour à thème.

4- Création d'une activité SMS

En réponse à une question l'activité est présentée sur le diaporama préparé pour l'AGO.

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. Et trois animateur participeront à la formation « club inclusif » en décembre.

Il nous faudra trouver et former un(e) animateur (trice) pour cette activité

5- Journée porte ouverte interclubs à Quimper

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

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

Ce groupe est ouvert à tous ceux qui souhaitent y participer.

7-CODERS L'assemblée générale du CODERS29 aura lieu le 12 novembre 2024 à Concarneau 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 : Printemps de Creac'h Gwen, chemin de l'été, sortie à Trévarez



BUDGET PREVISIONNEL SAISON 2024/2025

Le budget 2024/2025 est établi sur la base de 80 renouvellements individuels et adhésions au 7 octobre 2024

Produit :

Renouvellement ou adhésion	$71\text{€} \times 70 + 36\text{€} \times 10 =$	5330 €
Subvention FFRS		500 €
Subvention conseil départemental	$5\text{€} \times 80$	400€
Total		6230€

Charge :

Licence FFRS	$26\text{€} \times 80$	2080 €
CODERS	$6\text{€} \times 80$	480 €
Formation		700 €
Achat de matériel pour les activités		1000 €
Gestion		700 €
Cohésion et lien social		1270 €
TOTAL		6230€

Marc demande aux participants : Il y a-t-il des questions concernant les projets pour la saison 2025 et sur le budget ?

Devant l'absence de questions, il est passé au vote d'approbation :

l'assemblée approuve le bilan financier, les projets et le budget à l'unanimité.

La cotisation pour la saison 2025/2026

Le calcul de la cotisation a été fixé 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 (à l'époque 2 activités un animateur).

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

- La FFRS
- Le Comité Régional de la Retraite Sportive (CORERS) en cours de création.
- Le Comité Départemental de la Retraite Sportive du Finistère (CODERS 29)
- Le Club,



La cotisation doit être adaptée pour tenir compte de l'augmentation importante du nombre d'adhérents et permettre à chacun de participer à un maximum d'activité .

Tous les séniors doivent pouvoir être accueillis dans notre club et participer à au moins trois activités différentes chaque semaine..

Si la courbe des adhésions devait continuer à être ascendante , nous dépasserions les 100 adhérents la saison prochaine (2025-2026). :

Ne pouvant pas pousser les murs de la salle du C orniguel, si le nombre d'inscrits à la GMF s'accroît, il faudra enfin trouver une solution. Devrons nous encore réduire d'une séance notre participation à la gym ? (annuellement 72 séances pour 71€ actuellement (voir le compte rendu de AGO 2023 questions diverses 2)

La cotisation de base restera à 71€ pour 3 activités différentes avec un supplément de 5 € par activité supplémentaire.

Le Qi Gong et la Marche Aquatique Côtière restera à 71€+20€

Pour les animateurs et les membres du comité directeur, la cotisation restera à 36€ (remise de la part club) comme décidé lors de l'AGO 2023 (cotisation 2023/2024) .

Concernant la GMF, nous avons été obligé de refuser l'inscription d'une vingtaine de personnes et chaque jour nous recevons des demandes de renseignement.

Du fait de l'impossibilité par la municipalité de nous trouver une salle adaptée, l'activité serait limitée à une séance de gym par personne pour permettre à un maximum de séniors de participer. (comme dans tous les clubs de la FFRS et les associations de Quimper).

Pas simple, il faut l'admettre pour ceux qui ont connu 4 séances par semaine lorsqu'il y avait beaucoup moins d'adhérents et qui en sont réduit maintenant à seulement deux séances de gym hebdomadaire (en plus des autres activités).

Cette proposition provoque l'ire de Jean-Pierre ,celui-ci fait remarquer (avec raison) que cela n'a pas été présenté au comité directeur, d'autre, en colère aussi, disent qu'au début de l'association c'était 4 séances par semaine que l'on est descendu à 2 et que maintenant l'on nous dit qu'il n'y aurait plus qu'une seule séance de gym (comme partout) .

Albane rappelle qu'à la création du club en 2019, nous étions 23 adhérents et qu'en 2024 nous sommes plus de 80 et que le but n'est pas de refuser du monde.

Pendant le débat, il apparaît qu'une quinzaine de personnes est contre la limite à 1 séance par semaine.

Les débats devenant houleux, bien qu'une majorité soit d'accord avec cette proposition, Marc propose de remettre cette décision entre les mains du comité directeur (modification du règlement intérieur).

Marc demande s'il y a des questions.

Devant l'absence de question, il est passé au vote sur la cotisation.

La cotisation 2026 est adoptée à l'unanimité.



Election du comité directeur

En cette année olympique, il nous faut renouveler tous les membres du comité directeur, sont candidats :

Annie Louédec, Albane Tiron Dornet, Carole Pourchez , Marc Dornet, Maurice Douay, Michel Baunard, Michelle Bourhis, Pascale Mélou, Robert Le Roux, Sylvie Jouan, Catherine Lebrun.

L'assemblée générale a élu à l'unanimité le nouveau comité directeur.

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 Concarneau le mardi 12 novembre 2024 à 17h30.

Du fait des questions , Pierrick Ferrec président du CODERS 29 explique le rôle de comité départemental de la retraite sportive du Finistère. Formation et développement sont les bases des actions de ce comité.

Conformément à l'article 3 du règlement intérieur du CODERS 29 qui complète l'article 6.3 de ses statuts, nous devons désigner six adhérents qui représenteront notre club, avec nos représentants actuels qui sont Maurice et Marc.

Sont élus pour représenter notre club :

Robert Le Roux, Bernard Probestau, Pascale Mélou, Annie Pasco, Catherine Lebrun, Marc Dornet et Maurice Douay.

QUESTIONS DIVERSES

Gwenola fait remarquer qu'aucun remerciement n'a été prononcé pour quatre membres du CD du fait du non renouvellement de leur adhésion.

Marc répond qu'il a remercié les deux membres du comité directeur sortants qui sont présents et qui restent adhérents.

Concernant les autres, il faut respecter leur choix même si leur décision est surprenante pour des personnes qui s'étaient investies. Chaque année des adhérents ne renouvellent pas leur licence souvent sans explication. C'est le lot commun de toutes les associations.

Devant l'absence d'autres questions, Marc remercie l'ensemble des participants à cette AGO 2024. L'ordre du jour étant terminé, il est mis fin à l'assemblée générale ordinaire à 19H45.

Le président
Marc Dornet

MD

la Secrétaire
Albane Tiron Dornet

ATD

PS: Après la réunion Marc a reconnu qu'il aurait du remercier aussi Adeline qui lutte actuellement contre la maladie.