



Chers adhérents

A l'occasion de cette fin d'année bien particulière, je tiens à vous remercier de la confiance que vous accordez à l'association.

Nous mesurons vos difficultés et vos angoisses. Malgré tout, vous avez été nombreux à nous manifester votre soutien et vos remerciements nous vont droit au cœur.

A notre tour, nous vous souhaitons de belles fêtes de fin d'année et nous vous donnons rendez-vous pour la réouverture du siège lundi 25 janvier 2021 (soyons optimistes). Le livret d'accueil a été réactualisé, il sera à votre disposition au siège dès la rentrée.

L'Activ'info que nous vous présentons comporte le calendrier des évènements à venir, en souhaitant bien sûr que tous se réalisent.

Au plaisir de tous vous retrouver.



La Présidente,
Nicole Many

Retour sur l'Assemblée Générale 2019-2020 :

Nous avons réceptionné les bulletins de 238 votants (236 exprimés et 2 nuls).

Le rapport d'activité est validé avec 236 voix.

Le bilan financier est voté avec 234 voix.

L'augmentation de la cotisation est validée avec 227 voix.

Les membres du Conseil d'Administration sont élus avec 228 voix.


Aux questions posées, il a été répondu directement aux intéressés.

Membres du Conseil d'Administration :

- Mme Claude Ancieux
- Mr Jean Pierre Blanchard
- Mme Dany Dulgherian
- Mme Myriam Fiori
- Mme Myriam Charbonneaux
- Mme Régine Houpert
- Mme Gisèle Labrot
- Mme Juliette Laquet
- Mme Nicole Many
- Mme Marie Louise Michallet
- Mr Jean Marc Moze
- Mme Yolande Pomarel
- Mme Béatrice Raillon
- Mme Marie Rouat
- Mr Jean Louis Roux
- Mme Josette Roissac



Dès à présent, les inscriptions pour les événements ci-après sont possibles par courrier et/ou en déposant vos règlements dans la boîte aux lettres du siège. N'hésitez pas à nous laisser un message pour demander de plus amples renseignements, nous vous rappellerons :

- **Anglais** : nous vous proposons une session de 12 séances tous les jeudis, à la salle du parc Davin. Contrairement à ce qui avait été indiqué, les cours sont décalés de février à juin 2021. 
 - Groupe débutants de 16h30 à 17h30, coût 60€,
 - Groupe non débutants de 18h à 19h30, coût 90€.Descriptif des thèmes abordés sur le site internet www.activsenior.com ou au siège.
- **Samatan, marché au gras** : du **20 au 23 mars 2021**.
Au programme : élevage de canards, village de Condom, chai d'Armagnac, abbaye cistercienne de Flaran, marché au gras de Samatan, Auch, atelier de croustades, château de Caumont à Cazaux Saves. Hébergement au Vacancier de Samatan ***. Séjour de 4 jours au tarif : 370€ toutes assurances comprises (annulation, rapatriement, sanitaire).
- **Rappel : Tyrol autrichien** du **17 au 22 mai 2021** : Innsbruck, Rattenberg, Alpbach, le funiculaire de Hungerburg, Salzbourg, la vallée du Zillertal, le petit train à vapeur, les chutes de Krimml, un diner champêtre avec musicien, Hall in Tirol, le château de Tratzberg, le lac d'Achensee, une croisière et une soirée tyrolienne ; 6 jours 5 nuits au tarif de 820€ tout compris. Une option d'assurance protection sanitaire est proposée en supplément pour un coût de 12€/personne.

Nouveautés :

- **Autour des livres** : venez échanger une fois par mois (mercredi après-midi de 14h30 à 16h30) sur un livre choisi en amont par le groupe. De février à juin au siège de l'association, tarif 10€ les 5 séances.
- **Informatique** : une nouvelle session pour les débutants vous est proposée les mardis de 9h à 10h30 de mars à juin (fonctions de base, internet, mails, manipulation de fichiers ..), au siège, tarif 80€ les 12 séances.



Informations sur les ateliers proposés de février à juin 2021,
sous réserve que les conditions sanitaires permettent d'organiser ces événements

Ateliers/stages	quand	où	combien
Langue des signes	du lundi 22 février au lundi 29 mars 2021 de 17h30 à 18h30	Salle du parc Davin 95 rue Pierre Corneille	40€ les 5 séances
Méditation	du mardi 23 février au mardi 23 mars 2021 de 9h15 à 10h15	Salle d'activités 6 rue Brunet	40€ les 5 séances
Organiser ses dossiers informatiques	le mardi 23 février 2021 de 10h35 à 12h05	Salle informatique au siège 6 rue Brunet	15€ la séance
Equilibre et prévention des chutes (sur chaise)	du mercredi 24 février au mercredi 24 mars 2021 de 10h30 à 11h30	Salle d'activités 6 rue Brunet	40€ les 5 séances
Sophrologie	du vendredi 26 février au 26 mars 2021 de 18h à 19h	Salle d'activités 6 rue Brunet	40€ les 5 séances
Informatique Android avancé	du mardi 2 au mardi 30 mars 2021 de 10h35 à 12h05	Salle informatique au siège 6 rue Brunet	40€ les 5 séances
Petite fabrique	du jeudi 4 au jeudi 25 mars 2021 de 14 h à 16h	Salle du parc Davin 95 rue Pierre Corneille	5€ les 4 séances
Gestion du stress	le vendredi 2 avril 2021 de 17h30 à 19h30	Salle d'activités 6 rue Brunet	20€ la séance
Transferts de documents informatiques sur USB ou depuis un téléphone	le mardi 6 avril 2021 de 10h35 à 12h05	Salle informatique au siège 6 rue Brunet	15€ la séance
Yoga du rire	du mardi 27 avril au mardi 1 ^{er} juin 2021 de 9h à 10h	Salle d'activités 6 rue Brunet	40€ les 6 séances
Gestion des photos sur informatique	du mardi 27 avril au mardi 25 mai 2021 de 10h35 à 12h05	Salle informatique au siège 6 rue Brunet	40€ les 5 séances
Gestion de la douleur	le vendredi 30 avril 2021 de 17h30 à 19h30	Salle d'activités 6 rue Brunet	20€ la séance
Self défense	du vendredi 30 avril au vendredi 4 juin 2021 de 14h à 15h	Salle d'activités 6 rue Brunet	40€ les 5 séances
Gestion du sommeil	le vendredi 21 mai 2021 de 17h30 à 19h30	Salle d'activités 6 rue Brunet	20€ la séance

**Aquagym : à ce jour, nous n'avons aucune information de l'Agglo
concernant la reprise de l'activité et la récupération
des cartes pour la piscine de Portes les Valence.**



événements à venir

Janvier		Février		Mars		Avril		Mai		Juin	
1 V	1 L	1 L	1 L	1 L	1 J	1 S	1 M	1 M	1 M	1 M	1 M
2 S	2 M	2 M	2 M	2 M	2 V	2 D	2 M	2 D	2 M	2 M	2 M
3 D	3 M	3 M	3 M	3 M	3 S	3 L	3 J	3 L	3 J	3 J	3 J
4 L	4 J	4 J	4 J	4 J	4 D	4 M	4 V	4 M	4 V	4 V	4 V
5 M	5 V	5 V	5 V	5 V	5 L	5 M	5 S	5 M	5 M	5 S	5 S
6 M	6 S	6 S	6 S	6 S	6 M	6 J	6 D	6 J	6 J	6 D	6 D
7 J	7 D	7 D	7 D	7 D	7 M	7 M	7 L	7 V	7 V	7 L	7 L
8 V	8 L	8 L	8 L	8 L	8 J	8 J	8 M	8 S	8 S	8 M	8 M
9 S	9 M	9 M	9 M	9 M	9 V	9 D	9 M	9 D	9 M	9 M	9 M
10 D	10 M	10 M	10 M	10 M	10 S	10 S	10 J	10 L	10 J	10 J	10 J
11 L	11 J	11 J	11 J	11 J	11 D	11 D	11 V	11 M	11 M	11 V	11 V
12 M	12 V	12 V	12 V	12 V	12 L	12 L	12 S	12 M	12 M	12 S	12 S
13 M	13 S	13 S	13 S	13 S	13 M	13 M	13 J	13 J	13 J	13 D	13 D
14 J	14 D	14 D	14 D	14 D	14 M	14 M	14 V	14 V	14 L	14 L	14 L
15 V	15 L	15 L	15 L	15 L	15 J	15 J	15 S	15 S	15 M	15 M	15 M
16 S	16 M	16 M	16 M	16 M	16 V	16 V	16 D	16 D	16 M	16 M	16 M
17 D	17 M	17 M	17 M	17 M	17 S	17 S	17 J	17 L	17 J	17 J	17 J
18 L	18 J	18 J	18 J	18 J	18 D	18 D	18 V	18 M	18 M	18 V	18 V
19 M	19 V	19 V	19 V	19 V	19 L	19 L	19 S	19 M	19 S	19 S	19 S
20 M	20 S	20 S	20 S	20 S	20 M	20 M	20 D	20 J	20 D	20 D	20 D
21 J	21 D	21 D	21 D	21 D	21 M	21 M	21 L	21 V	21 V	21 L	21 L
22 V	22 L	22 L	22 L	22 L	22 J	22 J	22 M	22 S	22 S	22 M	22 M
23 S	23 M	23 M	23 M	23 M	23 V	23 V	23 M	23 D	23 D	23 M	23 M
24 D	24 M	24 M	24 M	24 M	24 S	24 S	24 J	24 L	24 J	24 J	24 J
25 L	25 J	25 J	25 J	25 J	25 D	25 D	25 V	25 M	25 V	25 V	25 V
26 M	26 V	26 V	26 V	26 V	26 L	26 L	26 S	26 M	26 M	26 S	26 S
27 M	27 S	27 S	27 S	27 S	27 M	27 M	27 D	27 J	27 J	27 D	27 D
28 J	28 D	28 D	28 D	28 D	28 M	28 M	28 L	28 V	28 V	28 L	28 L
29 V	29 V	29 V	29 V	29 V	29 L	29 L	29 M	29 S	29 S	29 M	29 M
30 S	30 M	30 M	30 M	30 M	30 V	30 V	30 D	30 D	30 D	30 M	30 M
31 D	31 M	31 M	31 M	31 M	31 L	31 L	31 L	31 L	31 L	31 L	31 L

Restent en projets les repas au lycée hôtelier, le château de Tournon, le repas grenouilles, le karting, le musée Peynet et d'autres sorties que nous préparons.