



Fédération Française de la Retraite Sportive Comité Départemental du Var

Quoi de neuf Bulletin N° 11

Décembre 2015

Le mot du Président

Le mot du Président,

Voici votre dernier bulletin de l'année 2015 qui, et je pense que vous en serez d'accord, a filé comme le vent !

Noël est là ainsi que la fin d'année et j'en profite pour vous souhaiter de très bonnes fêtes, une bonne et heureuse année à vous toutes et tous et à ceux qui vous sont chers.

Une pensée pour ceux et celles qui nous ont quittés ou qui ont subi des immobilisations du fait de maladies, interventions chirurgicales et autres désagréments de santé.

Depuis notre rentrée de Septembre vous êtes encore en nombre à nous avoir rejoints ,2420 adhérentes et adhérents à ce jour, avec toujours 14 clubs Varois suite à la création de celui de Flayosc sachant qu'un quinzième club est en cours de création.

J'ai eu plaisir à vous recevoir le 11 Novembre chez Belambra à Giens pour notre journée Sport, Seniors, Santé et nous étions plus de 375 adhérents à participer aux animations nombreuses et variées ainsi qu'au déjeuner et ce dans la bonne humeur. Je vous félicite de votre participation nombreuse et remercie toutes les animatrices et animateurs qui vous ont accueillis pour les nombreuses séances tout au long de la journée. Comme vous le savez ces journées sont avant tout une possibilité de vous retrouver entre clubs car le Var est vaste et ne facilite pas les rencontres. Les sites pouvant recevoir plus de 300 personnes à table, en un seul service sont rares, mais je tiens à ce que ce soit dans un confort certain et surtout avec convivialité.

Ce bulletin, qui est le vôtre, est entièrement consacré aux articles remis par les clubs, et vous permet d'avoir des nouvelles de la vie de vos clubs .J'en profite pour vous dire que je vous convie l'an prochain à deux Rassemblement Sport, Seniors, Santé au premier semestre :

-Les 11 et 12 Février à Carqueiranne chez Vacancier où encore une fois nous serons les seuls présents sur le site et l'invitation figure plus loin dans ce bulletin,

-Le 1er Avril chez Azuréva Fréjus avec toujours un site qui nous est réservé en totalité et je vous ferai parvenir l'invitation en temps utile. L'année fut riche en formation de futurs animateurs et animatrices ce qui permettra aux clubs de maintenir et d'enrichir leurs offres en espérant que les Municipalités pourront toujours nous maintenir les créneaux de salles d'animation dans les conditions actuelles.

Je remercie aussi le Conseil Départemental ainsi que le CNDS pour les subventions qui nous ont été octroyées pour l'année 2015 et qui nous ont permis de renforcer nos équipements sportifs avec un plus pour les féminines ; à ce sujet une information supplémentaire concernant notre effectif : Mesdames vous représentez 72 % des adhésions et je vous en félicite mais je n'oublie pas nos adhérents qui aussi représentent aussi une bonne part de nos animateurs.

Un dernier point : venez consulter le site du CODERS Varois à l'adresse : www.coders83.fr sur lequel vous pourrez recevoir de nombreuses informations, des nouvelles des clubs et le bulletin « quoi de neuf ».

René VAILLANT

Le Président du CODERS

René VAILLANT



L'A.S.T.Re. (Association Sportive du Temps libre et de la Retraite)

Du 03 au 07 /09 /15, une trentaine d'adhérents(es) se sont rendus au PUY DU FOU. L'ambiance était

Tellement joyeuse et conviviale que tout le monde a trouvé le voyage très court.

Quant au séjour, inutile d'en faire l'éloge, car il n'y a pas de mots assez forts pour décrire ce spectacle, qui est considéré comme le plus beau du MONDE .Ces 3 jours sont passés avec une rapidité

Le retour nous a permis de faire un crochet par la très belle ville de LA ROCHELLE.

En résumé, un séjour qui restera gravé dans les mémoires.

Le JEUDI 15/10/15, l'Association ASTRe, a participé à la journée « SI SENIOR » organisée par leCCAS de la ville de HYERES, Cette journée se déroulait au FRUM DU CASINO. Consacrée aux seniors, avec différents thèmes : RETRAITE, SPORT,....

Dans la continuité du forum des Associations, cela nous a permis de nous faire connaître, et d'avoir des nouveaux adhérents. TRES BONNE JOURNEE.

Courant OCTOBRE, une dizaine d'adhérents(es) se sont rendus à l'EXPOSITION UNIVERSELLE de MILAN ;

Courant NOVEMBRE, l'activité PETANQUE, animée par Pierre BRUEL, et Francis FERNANDEZ, a participé au challenge : Cédric GIRARD

organisé par la BOULE HYEROISE de la mairie.

Ce challenge a permis à nos pétanqueurs de faire ainsi de nouvelles connaissances, les équipes étant formées de 3 à la mêlée.

Ce fut de rudes empoignades, mais avec beaucoup de rigolades, et de convivialité.

Après l'apéro, et la PAELLA, les boules étaient plus loin du bouchon.

Comme l'on dit toujours : A L'AN QUE VEN.

Jean-Pierre BARDOIS
Président ASTRE Hyères



Voilà déjà une décennie que naquit le club LES SENIORS DU CARAMI

Le 29 septembre 2005, un couple de franciliens dynamiques fraîchement installés dans le var assistaient ainsi qu'une petite vingtaine de personnes à une réunion organisée à Brignoles par le président départemental de la FFRS dans le but – bien louable – de créer un club de sport destinés aux retraités

C est ainsi que Jeanine et Michel, déjà adhérents en région parisienne, répondirent présents pour diriger ce club. Une troisième personne, Jacqueline W. a été propulsée sans tambour ni trompette (aux dires de l'intéressée), au rôle de trésorière



Le 6 octobre la naissance DES SENIORS DU CARAMI était déclarée sur les registres officiels !

La gymnastique de maintien et le tai-chi furent les activités de démarrage

Peu de temps après, l'équipe dirigeante s'est adjointe une vice-présidente Marie-Madeleine et la randonnée et le tir à l'arc sont venus enrichir le catalogue des activités

Depuis, l'équipe dirigeante a changé, les activités se sont multipliées ainsi que le nombre d'adhérents – Par contre aucun changement dans l'esprit du club qui a su garder intact sa convivialité.

La mission qui leur avait été confiée par le président du coders de l'époque a donc bien été remplie : Merci à eux ! Une petite anecdote : VAR MATIN suite à son omission de diffuser l'information concernant la réunion première s'est vu « obligé » de faire paraître quelques lignes sur la constitution du club !!

Nous ne pouvions faire autrement que de fêter dignement ces 10 ans d'existence - une bonne centaine d'adhérents se sont retrouvés au domaine du Billardier à Tourves ou nous avons été régalez de l'apéritif au dessert accompagnés de danse, de musique, de chansons et de belles danseuses fort appréciées plus particulièrement par la gente masculine !!!



Laura LAUNAY

Présidente Les Séniors du Carami



Une partie de Pétanque !!!!!



L'équipe GAGNANTE !!!!!



L'équipe PERDANTE !!!!!

Le 5 mai 2015, une rencontre de boules des pétanqueurs des Immortelles s'est déroulée dans d'excellentes conditions. Joie, gaité et bonne humeur ont été le moteur de cette journée. Le midi, le repas organisé de main de maître par Norbert et Maryse, a rassemblé 35 personnes autour de la brochette partie. Les parties, âprement disputées, ont vu la victoire de la triplette G. Millot, J. Malaval et C. Debonno battre celle de J.C Beraud, Ch. Mantes et Maryse E. par le score de 13 à 11. Ce fut une très belle journée que nous réitérerons, courant Octobre, et tous les adhérents des Immortelles sont aimablement invités à venir nous rejoindre et participer à cette rencontre. Ils sont les bienvenus !!!!

José MIRRIONE
AS Boules aux IMMORTELLLES

Marseille cassis pour les autres



L'équipe des GAGAS !!!

Et bien oui, il existe bien un Marseille Cassis « pour les autres » !!

Les autres, mais quels autres ?

Et puis, d'abord, Marseille Cassis il ne peut en n'exister qu'un !

Un lieu mythique, une course mythique, une distance elle aussi mythique, un nombre de participants au delà du raisonnable, bref, tout un tas d'éléments permettant de réaliser une course qui reste une des plus emblématiques de notre région et même de notre pays !

Alors c'est quoi le Marseille Cassis pour les autres où encore « l'autre Marseille Cassis » tel qu'il est nommé par ses organisateurs ?

Vous prenez la veille du jour de la course soit le samedi 24 octobre 2015, un point de départ sur le site de Luminy, un point d'arrivée sur le port de Cassis et entre les deux vous mettez deux circuits qui serpentent dans les calanques avec plus ou moins de difficultés mais avec une longueur autour des 20 km. Avec tout ça, vous rajoutez 1800 participants marcheurs et non coureurs, les uns prenant le circuit difficile, les autres le circuit plus doux, une dose de pub pour faire connaître la journée, la photo de famille avec un animateur télé bien connu, Jean-Pierre Foucault pour ne pas le nommer, un magnifique tee-shirt commémoratif, une organisation sans faille (sécurité et convivialité) et vous avez tous les ingrédients pour passer une journée dont vous vous souviendrez longtemps !

C'était le cas des **36 gags de la marche des Immortelles d'Ollioules** qui ont bouclé ces magnifiques parcours sous un soleil non moins magnifique. Pas de blessés, peut être quelques ampoules non recensées, non recensées non plus, les courbatures du lendemain pour certains mais dans tous les cas un merveilleux souvenir pour tous les participants qui dès l'arrivée se disaient en voulant encore pour la prochaine fois.

Merci à toutes et tous, participants et organisateurs et à l'an que ven.



Un visiteur et pas des moindres !!!!!

Un « gaga » des Immortelles nommé : Gérard PERELLI

JOURNEES INTERGENERATIONNELLES

Les DS des Immortelles d'Ollioules toujours en action

Journée intergénérationnelle aux Palmiers

Une grande manifestation s'est déroulée à la maison de retraite « Les Palmiers » à La Seyne-sur-Mer le 23 avril 2015.

Il s'agissait d'une journée intergénérationnelle qui rassemblait nos anciens des Palmiers et les enfants de l'école primaire voisine, sous les pas dynamiques des danseurs.

Dès 10 h les animateurs danse ont, de pas de maître, entraîné anciens et enfants dans l'apprentissage de quelques-unes de leurs chorégraphies qu'ils avaient simplifiées pour l'occasion.

En début d'après-midi, les danseurs de la section nous ont rejoints et la fête a pu commencer, associant pour les chorégraphies apprises le matin, nos anciens et leur dévoué personnel, les écoliers et nos danseurs. Puis ils s'en sont donné à cœur joie avec leur propre spectacle, pour le plaisir des yeux de tous les résidents.

Un délicieux goûte nous a été offert par la direction de l'établissement avant de clôturer la journée par quelques danses non prévues au programme.

Avant le départ, la section danse des Immortelles a été vivement sollicitée pour participer à la kermesse annuelle des Palmiers.

Kermesse intergénérationnelle aux palmiers



Après-midi festif à la maison de retraite Les Palmiers

Les pensionnaires, leurs invités avec leurs petits-enfants et même leurs arrière-petits-enfants, se sont retrouvés hier après-midi sous les ombrages bienveillants de la maison de retraite Les Palmiers, à La Maurelle. Sous un soleil estival, des dizaines de stands ont été dressés pour que chacun puisse se divertir avec la pêche aux canards, le tir aux quilles, les jeux de fléchettes, les paniers de basket et les maquillages qui ont mis à contribution, dans la bonne humeur, les petits et les anciens. Avant les remises des récompenses, la dynamique troupe des « Immortelles d'Ollioules » a chanté et fait chanter tous les nombreux participants à cette jolie fête de famille.

(Textes et photos J. D.)

C'est ainsi que le 4 juin 2015 nos danseurs se sont à nouveau retrouvés avec les résidents des Palmiers qui avaient invité leurs familles pour l'occasion. L'après-midi récréatif a pu commencer avec un actif et dévoué personnel, et les enfants de l'école et leurs enseignants.

Au milieu des nombreux stands d'adresse, de maquillage, où tous participaient, nos danseurs ont entraîné avec beaucoup d'enthousiasme, anciens, familles, enfants et leurs maîtresses, et personnel de l'établissement, dans multiples chorégraphies pour le plaisir de tous.

S'en suivit comme à l'habitude aux Palmiers, un très apprécié goûter.

Représentation à la résidence Victoria

Récemment, le 29 octobre 2015, la maison de retraite Victoria à Ollioules, ouverte depuis peu, nous a sollicités pour une démonstration de danse en ligne. Les résidents ont été émerveillés par notre tenue à paillettes, par la joie et le bonheur que l'on transmet lors de nos représentations.

La diversité des chorégraphies et des musiques de leur jeunesse leur a rappelé de bons souvenirs.

Un grand merci aux animateurs et aux DS pour leur gracieuse participation et pour tout le travail fait en amont.



Guy D'AVANZO
Responsable Section Danse des Immortelles
Instructeur Fédéral



Une équipe de CHOC !!!
AU FORUM DES ASSOCIATION
2015

C'est maintenant une tradition, depuis la création de notre Club **LES IMMORTELLLES D'OLLIOULES** en septembre 2006, nous participons au forum des Associations à Ollioules, cette année il s'est déroulé le dimanche 20 septembre 2015 sous un soleil de plomb!!!! prévu initialement le dimanche 13 septembre 2015 il a été reporté en raison de la pluie.

C'est toujours une journée très sympathique qui nous permet de retrouver nos fidèles adhérents qui profitent de ce moment pour renouveler leur inscription ou d'en rencontrer de « futurs », auxquels nous avons grand plaisir à expliquer nos activités, à évoquer nos rencontres pour leur donner envie de nous rejoindre, c'est un moyen « publicitaire » très important.

Petite anecdote : en fin de journée, j'ai eu une surprenante et agréable surprise, celle de la visite d'un médecin généraliste Seynois qui

avait entendu parler de notre association par ses patients et qui m'a dit : **Félicitations , ce que vous faites est beaucoup mieux qu'un médicament !!!!** .

Alors « en avant » continuons notre engagement avec ce témoignage encourageant pour ajouter « de belles années à la vie »

Brigitte CREVET
Présidente des IMMORTELLLES D'OLLIOULES