



SAMBRE AVESNOIS RETRAITE SPORTIVE

Affiliée à la Fédération Française de la Retraite Sportive (déclarée d'utilité publique)
Enregistrée sous le n°W591000122 à la Sous-Préfecture d'Avesnes-sur-Helpe

Siège social : Mairie 59330 Saint Rémy du Nord

Adresse de gestion : 29, rue de Malakoff 59138 Bachant Tél 06 28 60 76 96

e-mail : association.sars59330@orange.fr

Site : www.asso-sars.fr

RÉUNION des animateurs du 10 novembre 2025

Présents : BERNIER Bernard, BERNIER Jean-Marie, BLAIRON Claudine, DECOURTRAY Françoise, DECOURTRAY Jacques, DELACENCELLERIE Alain, DEMEURE Ghislaine, DEMULDER Christian, DENEUVILLERS Françoise, DUMONT Jean-Luc, EECKHOUT Madeleine, GARIN Dominique, HOCHART Béatrice, LECOUTEUX Gilles, MEYER Marie-Françoise, MINEBOIS Philippe, PARETIAS Bruno, PAUWELS Guy, PROD'HOMME Françoise, QUENET Claudine, QUENET José, ROLAND Fernand, ROOSEBEKE Nicole, TOURTOIS Didier, ZANTE Patrick.

Excusés : DEVORSINE Serge, DUFOUR Jean Louis, HERBAUT Marie-Annick, LECQ Georges

Ghislaine annonce la démission de Pierre VERBAERE et le départ de Jean Pierre WILLOT, que l'effectif des animateurs est de 29, elle précise que 3 personnes sont en formation : Marie Christine DERUMIERE Arlette MATHIEU et Maryse DUCHATEAU.

Elle signale que le SARS compte 205 adhérents inscrits à ce jour, contre 188 l'an dernier et que 35 ont fait leur inscription sur le site FFRS360.

Le tour de table débute par Delphine CAFFIER (*Conseillère Technique Fédérale*) puis les animateurs de chaque activité.

Elle précise que la catégorie des accompagnants sportifs n'existe plus, ils sont désormais classés animateurs.

➤ Compte rendu des référents sur leurs activités

- **Cyclotourisme**

Philippe annonce

- la présence de 4 animateurs (Ghislaine, Dominique, Fernand et lui même)
- un noyau de 6 à 8 adhérents pratique régulièrement (*lors du départ à BEAUFORT le nombre de cyclistes est plus important*). La parité homme femme est réalisée.
- des sorties régulières ont été effectuées de juillet à octobre, la distance des circuits est de 35 kms environ mais réduite et adaptée en fonction du niveau des participants.
- la création d'un groupe WhatsApp pour faciliter les échanges entre participants mais la consultation du bandeau déroulant du SITE reste d'actualité en cas d'annulation.
- la rédaction de la charte du cycliste.

- **Ping pong**

Ghislaine remercie les animateurs du SARS et toutes les personnes ayant apporté leur aide au tournoi du 8 novembre.

Elle est satisfaite d'avoir réuni les 4 clubs de retraite sportive, et les 2 clubs de Beaufort et Wandignies-Hamage.

Dans les 6 premiers, un représentant de chaque club était présent, un adhérent d'ARSMéLi (*pour sa 1ère participation*) a remporté la 1ère place.

Gilles rappelle :

- que lors du tournoi organisé en mai 2025 par le club de Wandignies-Hamage, 9 adhérents du SARS étaient présents et que Michel avait terminé à la 3ème place.
- l'activité se déroule de 9 à 11h le mardi, les autres modalités figureront dans la charte en cours de réalisation.
- l'organisation d'un tournoi le 7 mars 2026 par Wandignies-Hamage .

Il précise que le nombre de participants est passé de 13 en 2022, à 17 en 2023, 25 en 2024 et qu'en 2025 la moyenne est de **26** participants assidus.

Aucun achat de matériel n'est prévu, le SARS utilisant les tables du club de Saint Rémy du Nord en complément des siennes.

- **Gym, Cardio, SMS**

Jean Marie souligne le manque d'animateurs pour la gym et le cardio, seules deux personnes assurent ces disciplines : Béatrice, et lui même, Marie Christine (*actuellement en formation*) assure quelques séances.

Il signale que :

- pour la gym, la fréquentation moyenne a augmenté, passant de 40- 45 à plus de **50**
 - de plus en plus d'hommes
 - si la participation continue à progresser, la salle risque d'être trop petite et les créneaux horaires supplémentaires difficiles à trouver.
 - pour la cardio, environ **30** participants, contre une moyenne de 20 la saison précédente. La participation masculine est plus importante malgré la difficulté de coordination.
 - pour SMS (Section Multi-activités Seniors)
- 4 animateurs pour un nombre de participants passé de 18 à **25** par séance.
- Il précise qu'avec 2 animateurs présents, il devient difficile de gérer la séance, l'annulation est nécessaire s'il n'y a qu'un seul animateur.

- **Danse**

Madeleine dirige seule cette activité, qui compte environ **15** adhérents assidus.

2 personnes proposaient des chorégraphies mais ce n'est plus le cas depuis le début de la saison.

Le besoin d'animateurs supplémentaires est primordial.

En cas d'absence de Madeleine, la séance sera annulée.

- **Tai Chi / Qi Gong**

Nicole signale que 2 animateurs assurent cette activité (Bernard et elle).

Elle constate que l'activité stagne, avec seulement **10** participants fidèles pratiquant assidûment depuis 4 ou 5 ans, mais ne font qu'une heure par semaine, pas suffisant pour assimiler cette discipline.

Une pratique journalière chez soi est recommandée mais non effectuée par tous.

Depuis la rentrée, 3 nouvelles adhérentes ont rejoint le groupe.

Une modification de l'organisation a été mise en place : reprise des bases, diffusion de fiches et vidéos pour harmoniser les niveaux.

Bernard évoque la lenteur des mouvements qui constitue un frein à la pratique de ces 2 activités.

- **Tir à l'arc**

Alain remercie les 3 animateurs qui l'ont remplacé pendant son absence.

Il annonce une moyenne de **15 à 17** archers assidus dont 10 possèdent leur propre matériel. Trois nouveaux adhérents ont rejoint le groupe.

Il signale la mise en place d'étirements en fin de séance, en complément des échauffements déjà effectués.

Il rappelle :

- la nécessité des règles de sécurité, de vigilance car l'arc est une arme
- le respect des horaires, du matériel et des instructions données par les animateurs.

Il précise la présence de 30 arcs, personnels ou prêtés par le SARS.

Il propose l'achat de caisse pour ranger les arcs, et souhaite que les utilisateurs achètent leurs flèches (*jusqu'à présent fournies par le SARS et réparées par lui même si cassées*).

La rédaction d'une charte du pratiquant reprendra toutes les règles à respecter.

- **Pickleball**

Jean Marie signale que cette nouvelle activité compte **23** inscrits.

Les séances sont assurées par Jacques et lui même, et se déroulent sur trois terrains.

Des échauffements sont mis en place mais pas les étirements.

Les raquettes et balles sont spécifiques et fournies par le club.

Il annonce le changement possible de plages horaires du mercredi après-midi au mercredi matin.

Un groupe WhatsApp a été créé pour faciliter les échanges entre participants et futurs animateurs.

Les 2 séances actuelles (*de 15 à 17h*) doivent être équilibrées ; pour ce faire les absences ou présences sont à signaler sur ce moyen de communication réservé à la pratique du Pickleball.

2 animateurs de la mairie de Saint Rémy du Nord ont été mis à notre disposition, en attendant la formation d'animateur FFRS prévue du 30 mars au 3 avril 2026 à Montdidier.

- **Randonnée pédestre**

Françoise indique qu'en moyenne, la fréquentation reste stable par rapport à l'an dernier : **25** pour le petit parcours, **12** pour le grand.

Tous les animateurs utilisent OpenRunner et doivent cocher l'option "public" afin de partager leurs circuits et éviter de proposer les mêmes parcours.

Elle rappelle les règles de sécurité surtout lors des traversées de route.

Jean Marie précise que la réunion a pour but d'améliorer les pratiques.

Ghislaine demande que tous les animateurs rando, présents lors des sorties, portent le gilet jaune et aient la trousse de secours.

Delphine insiste sur l'importance de ces règles qui émanent de la FFRS et du Ministère des Sports.

Pour les randos et marches nordiques en forêts domaniales, Ghislaine signale que le plan de chasse a été communiqué à tous les animateurs concernés.

Elle annonce la signature d'une convention entre l'ONF et le SARS pour formaliser les règles à respecter de part et d'autre ; une rencontre est prévue le 3 décembre à Locquignol.

- **Marche nordique**

Bernard signale que quatre animateurs, plus deux en formation assurent l'activité. Il y a **15** adhérents réguliers et parfois jusqu'à **20** participants.

Avant chaque départ, il est précisé la difficulté du circuit et si nécessaire, il est conseillé de s'orienter vers la promenade ou la séparation en 2 groupes. Le port du gilet jaune et la présence de la trousse de secours sont désormais obligatoires pour les animateurs.

- **Promenade**

Didier annonce un effectif de **15 à 20** personnes et que la distance maximum est de 5 kms.

Ghislaine souhaite limiter les promenades à 4 kms ou 4,5kms et choisir des circuits très simples.

Elle estime que 2 animateurs ne sont pas suffisants et préconise l'annulation si nécessaire.

Jean Marie propose de solliciter les animateurs mono activité ou ceux de rando tous les 2 mois pour assurer la promenade.

Assurance et responsabilité

Ghislaine rappelle que les chiens sont interdits en randonnée car l'assurance ne couvre pas les animaux, ni les mineurs.

Les personnes non adhérentes ont la possibilité de faire une journée découverte, Delphine précise que l'assurance de la FFRS prend en charge mais une seule fois par activité.

Elle rappelle que la responsabilité de la présidente et de l'animateur est engagée, si autorisation donnée sur des situations non couvertes par la Fédération.

> Charte de l'adhérent

Des groupes de travail sont constitués pour l'élaboration de ces chartes par activités.

Delphine récapitule sur ordinateur leurs propositions.

Elles seront améliorées avant la mise en application.

Q U E S T I O N S D I V E R S E S

Le passeport santé

Pour répondre à la demande de Claudine, concernant la nouvelle mouture du passeport santé, Ghislaine précise qu'il va être diffusé sur le Site du SARS dans la rubrique "*communication* puis *adhésion cliquer sur obtenir les documents à télécharger*".

> Sécurité et trousse de secours

Delphine énonce les documents à posséder lors des activités :

- **cartes** européenne, vitale, et si possible de groupe sanguin,
- passeport santé,

Elle rappelle que le **n° de secours 112** est joignable même sans réseau.

Ghislaine demande à tous les animateurs de sortir la trousse de secours et chacun en fait l'inventaire sur ses indications.

> Rôle de tuteur

Jean Marie insiste sur l'importance des pré-requis pour les futurs animateurs.

Il précise que la "*fiche tuteur*" est disponible sur le site de la FFRS dans la rubrique "*formation*" accessible par tous.

Pour la mise en place d'une nouvelle activité, le tuteur peut intervenir au sein de son club ou dans un autre club.

Delphine signale que les frais de déplacements sont pris en charge.

Elle rappelle que la validation d'une formation n'est pas systématique et insiste sur les motifs de non validation.

Elle annonce la remise en place d'un stage de balade, et évoque la possibilité d'une formation continue sur une journée pour les animateurs, notamment pour SMS.

P R O J E T S à v e n i r

- Journée des associations de Saint Rémy du Nord, elle sera reconduite, mais la date n'est pas encore fixée.

- Elle va établir des devis pour le matériel nécessaire au SARS.

- Elle présentera les chartes par activité lors de la prochaine Assemblée Générale.

- Elle signale qu'il reste 3 places pour la formation "les gestes qui sauvent" du 19 novembre après-midi.

- Annonces de Delphine

La journée des animateurs, organisée par le CODERS, aura lieu tous les 2 ans et sous une forme différente.

L'Assemblée Générale du CORERS aura lieu le 19 novembre et le poste de trésorier sera proposé.

Un label sport santé va être créé avec la nomination d'un référent.

Ghislaine demande si il y a d'autres questions et clôture la séance par la remise des cartes cadeaux en remerciement de l'implication de tous.