

Le Petit Branché n°78

Janvier 2019

Edito

Le début d'année est toujours propice aux nouvelles résolutions, bonnes de préférence. Au foyer des jeunes, calendrier oblige, ces nouvelles résolutions ont été prises dès le mois de septembre. L'année 2019 sera donc la concrétisation pour certaines et la continuité pour celles qui ont commencé au dernier trimestre 2018. Pour rappel, les deux gros chantiers pour l'année à venir sont la communication et l'organisation d'ateliers ou stages, dans des domaines d'activités qui ne sont pas forcément ceux proposés d'ordinaire.

En ce qui concerne la communication, nous souhaitons que notre site internet en soit la pierre angulaire et qu'il soit la principale source pour toute personne désirant obtenir des informations pratiques sur notre association et ses activités. (page 1) Notre page Facebook ne sera pas pour autant négligée et continuera à vous renseigner sur les événements à venir et à afficher les photos et vidéos les concernant.

Des ateliers ou stages vous seront dorénavant proposés en plus des activités hebdomadaires qui vous sont familières. Ils devraient permettre la découverte de certaines disciplines non proposées par ailleurs, l'approfondissement de certaines que vous connaissez peut être déjà, ou tout simplement la pratique d'une de celles que vous souhaitez essayer. Certains ateliers ont déjà eu lieu (page 3) et d'autres sont à venir (page 4). Bien évidemment, vous retrouverez toutes les informations et les modalités d'inscription sur notre site.

Le duathlon fait, bien sûr, partie des événements marquants qui jalonnent l'année du FDJ (page 4).

Et pour bien débiter cette nouvelle année pleine de promesses en notre compagnie, je vous invite à nous rejoindre le 26 janvier pour la soirée des vœux du Foyer des Jeunes ouverte à tous les Saint Geniérois. Au programme magie et soirée musicale.

Mais avant toute chose et pour finir, nous vous souhaitons à toutes et à tous une excellente nouvelle année. Que 2019 soit pour vous synonyme de belles rencontres, de projets accomplis et de joies partagées et que la santé et l'amour de vos proches soient vos plus fidèles compagnons. Bonne lecture !

Le président
AP Garcia

Agenda

JANVIER

19

Atelier aquarelle

26

Soirée des vœux

FEVRIER

10

Atelier arts plastiques

16

Atelier écriture
Atelier Zen-Dô-In

23

Atelier aquarelle

MARS

17

Atelier Self-Defense

23

Atelier Aquarelle

30

Atelier couture

Le site du Foyer des Jeunes

Quelque peu délaissé ces dernières années, il a été décidé de remettre notre site internet au goût du jour afin de lui permettre de remplir sa principale mission : informer. Pas de grosse révolution, la base était là, les outils d'administration et la gestion du site maîtrisés. Mais pour commencer, un bon dépoussiérage s'imposait. C'est, en premier lieu, à cette tâche que se sont attelés Odile, Alain et Pierre, partis à la chasse aux articles dépassés et obsolètes, aux informations datées ou erronées pour les archiver, ou tout simplement les supprimer. C'est un travail fastidieux car cela demande de tout répertorier, vérifier et mettre à jour. Parallèlement à ce travail, il est aussi important de penser à la suite et aux futurs ajouts et améliorations qui seront apportés au fur et à mesure. Vous pourrez voir d'ores et déjà l'agenda des événements à venir en première page.

Dès à présent, pour tout besoin d'information n'hésitez pas à consulter notre site dont l'adresse est indiquée ci-dessous.

Retrouvez-nous

En visitant notre site internet : <http://foyerdesjeunes-stgenies.fr>

En nous écrivant à l'adresse : foyerdesjeunes.stgenies@gmail.com

En vous inscrivant sur notre page Facebook : <https://www.facebook.com/Foyer-des-Jeunes-St-Geniès-des-Mourgues>

Sans oublier la page internet du duathlon : <http://www.duathlonstgenies.com>

Spectacle de Magie 10h

26

Janvier

Soirée des Voeux

Après les fêtes de fin d'année, la liste des bonnes résolutions et la galette : royaume ou frangipane ?

Pour fêter cela dignement et réunir le plus grand nombre, nous vous proposons un spectacle de magie : une valeur sûre pour les grands et les petits. Avec une pointe dans le domaine : un magicien qui termine 4ème au championnat de France 2013, nous avons nommé Chris WILLIAMS. Tours de magie avec colombes et lapins, bien sûr, mais aussi un show de ventriloque... et Superman. Il fera rêver nos enfants et vous intriguera, car même concentrés sur l'observation de ses faits et gestes, vous resterez impressionnés par son adresse.

Mais chut, n'en disons pas plus, Youtube finira de vous convaincre de venir le voir.



20h15
Voeux du foyer

20h30
Apéritif dinatoire

Soirée Karaoké



Pourquoi aller chercher au bout du monde ce que l'on a à sa porte ?

Pour cette soirée, nous aurons le top des vedettes internationales : vous-même car notre ami Alain nous offre un super karaoke sur grand écran.

Vous choisissez la chanson que vous avez envie d'interpréter seul ou en bande, il vous passe le micro et à vous la scène. Enfants, ados, adultes, seniors, il y en aura pour tous. Que du bonheur car sur Saint Geniès il y a de belles voix.

Alain nous mettra bien sûr de l'animation en interprétant ses classiques et tous reprendront les refrains avec lui...

Les ateliers du **FDJ**

La rentrée 2018 s'est ouverte sur la voie de la nouveauté pour le Foyer des Jeunes. Nouveau bureau, nouvelles idées, le Foyer souhaite ouvrir ses activités au plus grand nombre et lance une série d'ateliers sportifs, culturels et artistiques dès le mois de décembre le samedi ou le dimanche.

Ce choix délibéré de ne pas imposer une séance toutes les semaines permet à chacun d'adapter ses envies au rythme de plus en plus compliqué des obligations familiales ou professionnelles. Aucun engagement n'est nécessaire car chacun peut participer à ces ateliers sans être pour autant adhérent du FDJ. Et, pour les inconditionnels ou les oublieux, les mêmes ateliers seront reconduits au cours de l'année 2019 !

Alors laissez-vous tenter par quelques heures de Zen-dô-in,

Self Defense, Aquarelle, Arts Plastiques, Ecriture, Rock 'n Roll, Reliure...

10€ pour les ateliers de 1h à 2h, 20€ pour les ateliers au delà de 2 heures pour les adhérents du Foyer.

5 € supplémentaires sur ces tarifs pour les non-adhérents. N'hésitez pas à vous faire plaisir !

Pour suivre cette actualité et pour s'inscrire : foyerdesjeunes-stgenies.com



Zen-Dô-In

L'Atelier Zen-Dô-In a réuni ce samedi 1^{er} décembre une dizaine de st Gériérois. Aussi relaxant que le Yoga, aussi dynamisant que le Qi-Gong, cette activité ouverte à tous permet de retrouver énergie et mobilité. Elle s'inscrit dans les ateliers qui seront renouvelés tout au long de l'année.

La prochaine session est prévue le 16 février 2019

Self-défense

Pour reprendre confiance en soi, même si la force physique n'est pas au rendez-vous, venez tester notre atelier de Self Defense. Cette activité permet d'affronter des situations risquées voire dangereuses, sans pour autant devoir se battre. Le Self Defense vous enseigne les comportements à avoir pour se sentir en sécurité et se protéger et, quand nécessaire, frapper. Le 8 décembre, pas moins de 15 participants, tout âge confondu, aussi bien homme que femme, ont retrouvé Jérémy, professeur de Taekwondo et résident de St Geniès, pour apprendre à esquiver ou taper, mais toujours dans la bonne humeur, car il faut penser au prochain atelier. Le jeune professeur a clôturé la séance en prodiguant des mises en garde sur les armes méconnues du grand public en vente libre sur internet, tout aussi dangereuses que les armes blanches.

Devant le succès de cet atelier et à la demande des participants, rendez-vous est pris le **17 Mars 2019**.



Atelier d'écriture

Notez bien la date du 16 février ! Et ne lâchez pas votre crayon car c'est entre 9h30 et 12h30 que Laurence vous attend pour ajouter page après page les mots qui formeront des textes qui vous surprendront. Grâce à elle, nous retrouvons tous notre talent d'écrivain.



Quelques rendez-vous ...

Et si malgré tout vous ne trouvez pas votre bonheur, d'autres ateliers ouvrent leur porte en 2019. Nous proposons un atelier Peinture le 10 février, un atelier Couture le 30 mars. Et d'autres encore viendront s'y ajouter dès lors que les dates seront connues ; nous pouvons déjà vous présenter les prochains : Rock'n'roll un dimanche du mois de mars, Reliure un dimanche du mois d'avril...



Aquarelle

Quand on s'y met, on ne peut plus s'arrêter. Françoise DELPUECH en sait quelque chose ! Parce que les « 2 » après-midi par semaine ne lui suffisaient pas, elle invite ses « amis » aquarellistes à la suivre dans des ateliers organisés les samedis. Pour faire suite à la date du 8 décembre, trois nouvelles dates sont proposées durant le premier trimestre 2019 : le 19 janvier, le 23 février et le 23 mars. Mais je ne devrais pas vous en parler car les deux premières dates sont complètes. Avis aux amateurs pour les prochaines dates.

24ème ou 25ème Duathlon ?

Comme vous vous en souvenez, pour la première fois depuis longtemps, le Duathlon du 13 mai 2018 a été reporté face aux dangers que peut représenter la pluie dans les carrières. Mais l'équipe organisatrice est restée motivée ! Les nouveautés de l'an dernier sont reconduites dans notre manifestation sportive : un nouveau tracé, une course pédestre de 7,5 kilomètres et l'arrivée de la marche nordique, de même distance.

Comme notre village bouge, le Duathlon édition 2019 s'adapte lui aussi, en s'appuyant sur la nouvelle association St Génies Multisports Santé de Pierre Ange Vérot, qui nous aidera dans la préparation du jour J. Les nouveaux bénévoles, adeptes de sport, sont toujours bienvenus et précieux. Afin de rendre le Duathlon plus solidaire, nous soutenons l'association Espoir et Entraide, dont l'objectif principal est d'aider les enfants atteints de maladies graves, à travers un partenariat. Deux euros seront reversés par inscription à leur profit.

La société ATS assurera le chronométrage. Nous avons même prévu un food truck "le Zen Food" pour ceux qui auront oublié leur repas "tiré du sac".

En deux mots, ce 24ème Duathlon sera très riche en aventures sportives et humaines. Alors n'attendez plus pour réserver la date du DIMANCHE 12 MAI 2019 dans vos agendas, et être de la partie.

Attention, premiers départs à 9 heures avec une animation d'échauffement sportif, juste avant, par notre nouveau professeur de gym : Roméo

24^e DUATHLON

Saint-Génies des Mourgues

Dimanche 12 mai 2019

9h DUATHLON Adulte
Relais ou individuel
7,5 km course à pied
17 km VTT

Course à pied individuelle
7,5 km (9h)

Marche nordique
Parcours en carrières
7,5 km (10h30)

DUATHLON enfant
(>10 ans) à 11h30
1,2 km course à pied
3,5 km VTT

- Animations sportives et jeunesse
- Apéritif offert
- Food truck
- Repas tiré du sac / Grillades

Le Duathlon soutient **Espoir & Entraide**

Inscriptions & renseignements
www.duathlonstgenies.com
06 48 30 90 98
duathlonstgenies@free.fr

Foyer des Jeunes Saint-Génies des Mourgues

Héroult Sport Saint-Génies-des-Mourgues
DEVIER Immobilier **E.Leclerc** **FDI GROUPE** **Castries AUDITION** **MIRAS** **Groupama**