



Seniors et alors !

Parce qu'il n'y a pas d'âge pour être heureux

Assemblée Générale Ordinaire

19 juin 2026

Bilan Saison 25/26

- 108 personnes inscrites à NANTES dont 9 hommes et 24 nouvelles personnes cette année. Stabilité des effectifs et atteinte du maximum possible dans l'espace que nous avons
- 23 personnes dont 4 hommes aux Sorinieres
- 20 personnes à Sautron dont 2 hommes
- Des inscriptions tout au long de l'année et quelques arrêts pour cause de santé
- 3 ateliers numériques aux Sorinieres

Les faits marquants de la saison:

- Notre local rue Gambetta est souvent trop petit...pour les activités du lundi et mercredi après-midi. Cela veut dire que vous êtes chères mais pose un problème, d'autant plus que c'est un super moment pour intégrer les nouveaux.
- La plupart des activités fonctionnent très bien: GS, Pilates de 15H, stretching, Silver XIII, Dessin, 3 cours de langues, jeux, marches d'Anne-Françoise, les activités conviviales restaurants et apéro, les sorties à la journée et les voyages.
- Certaines activités ont eu du mal à trouver leur public: Pilates de 14H, cafés cultures, cafés psycho, conférence d'histoire de l'art, numérique, méditation, expression corporelle, visites au musée qui n'ont pas fait le plein => ce qui suppose des ajustements et modifications afin de répondre à l'objet social de l'association: Proposer des activités qui vous plaisent et vous stimulent.

- Des nouveautés qui ont été des succès :
 - Les déjeuners rencontre mensuels ont fait le plein de 15 à 20 personnes à chaque fois : à renouveler mais pas toujours le mardi
 - Les 3 sorties en autocar (Suscinio, Maulévrier et l'Île aux Moines) ont réunis une dizaine de personnes qui ont exprimées une forte satisfaction sur la qualité de la prestation
 - Les sorties à la journée par nous même : Angers, passage du Gois, Noirmoutier
 - Les voyages à Paris en février et en Andalousie fin avril qui se sont très bien passés et ont apporté satisfaction et cohésion aux participants
 - La sortie Golf à Vigneux de Bretagne, Erdre et fin d'année pour les antennes

Nouveau planning 26/27

- Le retour de « Chantons ensemble » animée par Anne-Françoise ! Youpi ! Merci à elle.
- Nouvelles activités testées et approuvées par vous pour remplacer ce qui s'essouffle:
 - Expression créative dansée avec Laurence qui « remplace » l'expression corporelle. Un grand merci à Jean-Claude qui l'a animé avec passion et talent pendant 2 ans.
 - Qi gong avec Tiphanie
 - Tango adapté avec Lucie quelques séances par an seulement
 - Gestion mentale animée par Isabelle à Gambetta au premier trimestre

Sous réserve du maintien des inscriptions, voici le planning 26/27 avec les modifications décidées par l'AGO



Parce qu'il n'y a pas d'âge pour être heureux

Cases en bleu : pôle associatif Désiré Colombe Cases en blanc : local 72, rue Gambetta

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
10H-12H 2 cours de Gym Sensorielle M Christine Salle Faure	10H-11H Conversation Anglais Estelle Gambetta	9H45-10H45 Conversation en Anglais Estelle Gambetta	10H15-11H15 Renforcement musculaire Willy Salle Faure	10H30-12H15 Marche Anne Françoise
11H-12H Gestion mentale Isabelle Gambetta		11H-12H conversation Italien Estelle Gambetta	11H30-12H30 Yoga Florence Salle Faure	
14H-17H Remue méninges Et jeux Gambetta Yuna	14H-15H Expression créative dansée puis tango	14H-17H Remue méninges et jeux Gambetta Sandrine		14H-16H Dessin Christel Salle des dockers
	15H-16H Pilates Karine		14H-17H Loisirs créatifs Puis jeux Yuna Gambetta	15H-16H Silver XIII Léontin
	16H-17H Stretching Willy			15H30-17H Chantons ensemble Anne Françoise Gambetta
			16H-17H Qi Gong Tiphanie Salle Faure	14h-17H30 Jeux Sandrine Salle des coopérateurs

Comment gérer les activités « trop remplies » ?

En premier lieu vous allez vous inscrire aux activités pour que nous puissions savoir combien vous êtes par cours et vous y tenir...En cas d'absence répétée votre place sera proposée.

- Pilates : faire 2 groupes avec des participations semaines paires ou impaires
- Silver XIII : Le réserver aux personnes en difficulté avec l'équilibre suite à audit de Léontin ? Ou faire 2 groupes paire et impaire aussi
- Renfo : Pas de salle Brunelière malheureusement. Quelques adhérents ont décidé d'écrire à leurs élus pour tenter d'obtenir cette salle. Merci à eux
- Yoga : Espérons que certains préféreront le Qi Gong de fin de journée

Que faire pour accueillir les nouveaux et éviter le surnombre à Gambetta ?

Après échange avec les membres présents, il a été décidé d'ouvrir Gambetta une troisième demi-journée par semaine pour accueillir les nouveaux le mardi après midi.

Sandrine proposera un autre remue-méninge puis des jeux. Tous les membres volontaires pour animer des temps de remue méninges sont les bienvenus; ça apportera de la diversité.

Des questions tranchées par l'assemblée :

- Faut il maintenir un atelier numérique en dehors des périodes avec les jeunes service civiques ? L'assemblée décide de proposer des ateliers sur demande...Peut être le mardi après midi en parallèle des jeux ?
- Conférences d'Histoire de l'art avec Marina le jeudi après midi pendant les vacances ? 1 en octobre? 1 en hiver et 1 aux vacances de printemps ? Oui mais on ne les maintiendra que s'il y a 15 personnes inscrites à chaque conférence.
- Faut il continuer un temps de partage autour des livres / films ou autre? Il est proposé de se réunir une fois par mois à désiré Colombe de 16H à 17H après le pastel salle des Dockers

Les Sorinières

- Moins de participants le matin, mais une belle profondeur dans la pratique de la gymnastique sensorielle.
- Deux sorties au restaurant, des ateliers numériques et une sortie en bateau.
- Une bonne ambiance l'après-midi ! Des goûters très sympas pour fêter les anniversaires, et la bonne humeur toujours au RDV!
- le groupe s'est agrandi et je félicite les nouvelles adhérentes de s'être très vite intégrées au groupe. Nous avons été jusqu'à 25 !

Marie-Christine

Sautron

La nouveauté de cette année, ce sont les rencontres intergénérationnelles. Un mercredi par mois, une quinzaine de jeunes enfants de 9 à 11 ans du centre de loisirs de Sautron (la dream team) viennent partager des jeux avec les séniors. A chaque fois, un ou deux animateurs du centre de loisirs accompagnent ces jeunes.

Les différents thèmes abordés :

- Jeux de société
- Magie
- Fabrication de balles anti stress
- Jeux extérieur
- Jeux intérieur écrits : mots fléchés, sudoku, mots mêlés....

Pour la dernière séance nous serons invités à visionner le spectacle de danse des jeunes. Je suis très contente de cette belle énergie présente lors de ces rencontres intergénérationnelles et de la complicité qui s'est créée entre les animateurs, animatrices de la dream team et moi-même!

Marie-Christine

Fiers !

Le 17 octobre 2026 nous fêterons les 10 ans de l'association.

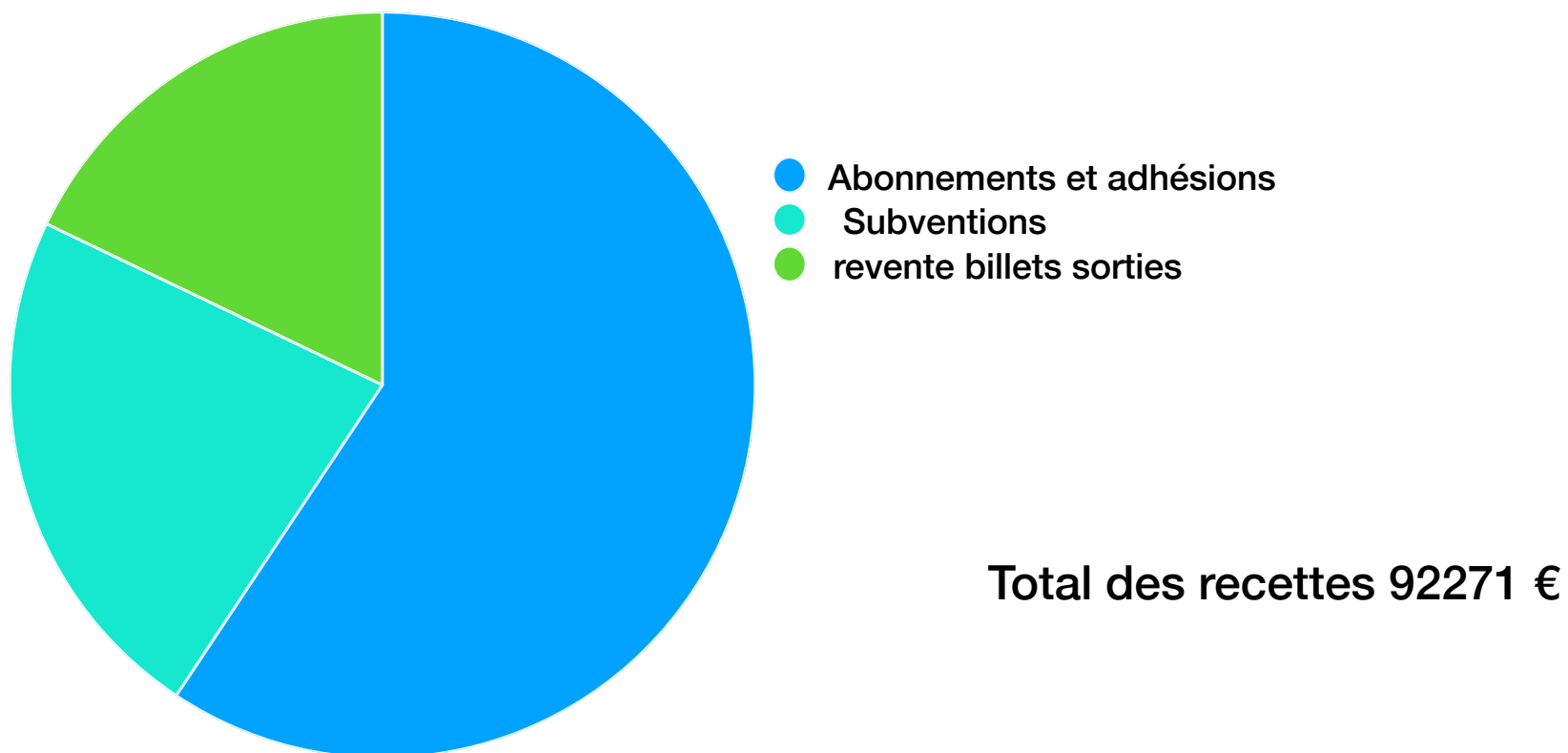
Une belle aventure co-construite pas à pas entre vous et nous.

Le CA et certains membres de l'association sont engagés dans une démarche de recherche de partenariat pour financer cette belle fête.

Tout adhérent qui connaît une entreprise susceptible de devenir partenaire peut le faire savoir à Sandrine :-) Merci

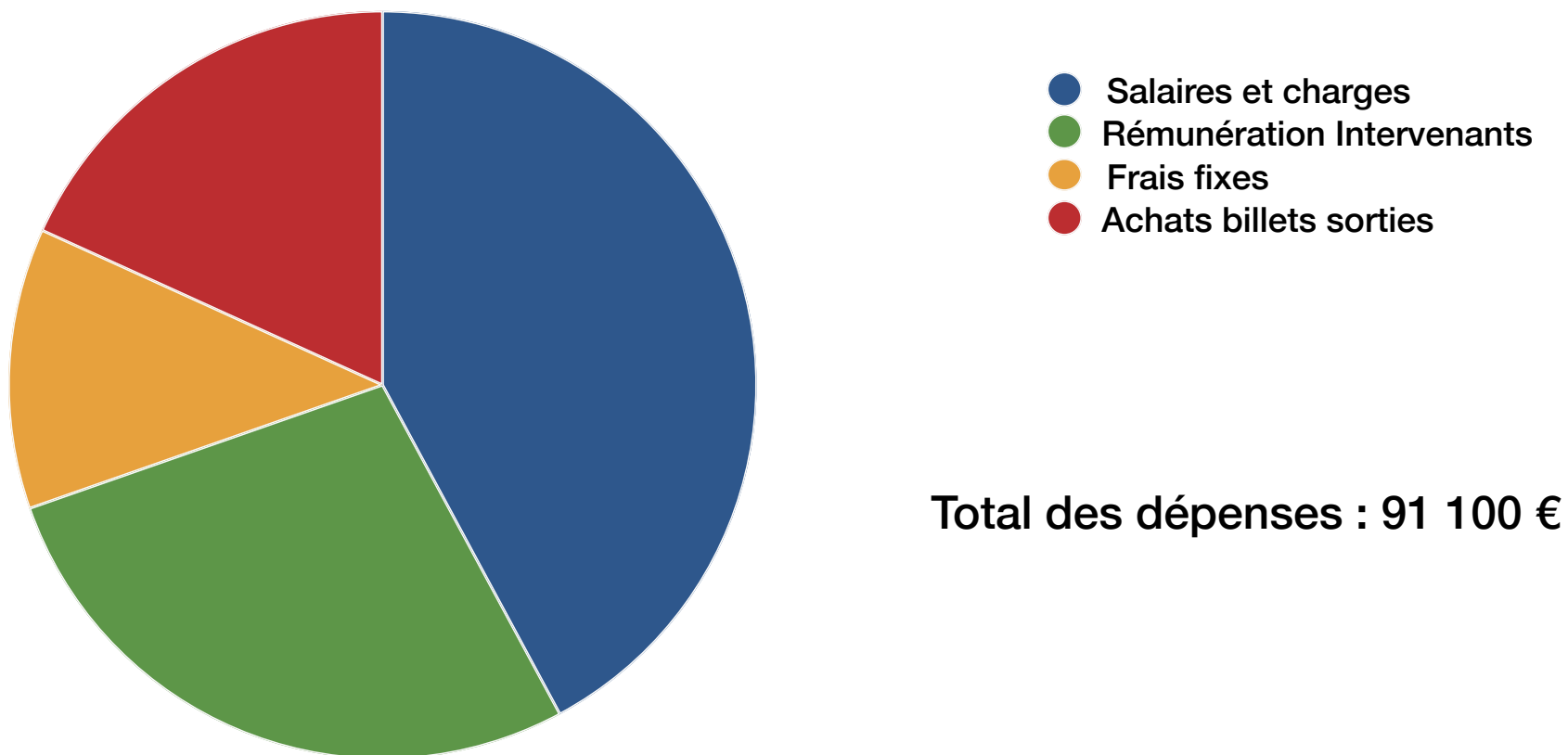
Bilan financier

Rapport financier : Recettes



Légère progression des recettes malgré une baisse des subventions

Dépenses



Un budget maîtrisé grâce à un suivi régulier

Compte de résultat prévisionnel

COMPTE DE RESULTAT				
		Du 01/08/2025 au 31/07/2026	Du 01/08/2024 au 31/07/2025	Du 01/08/2023 au 31/07/2024
PRODUITS D'EXPLOITATION	Vente, Abonnement et souscription	71271	61916	63565
	Montant net Chiffre d'affaires	71271	61916	63565
	Subvention d'exploitation	21000	23650	26360
	Autres produits de gestions			
	Total des produits d'exploitation	92271	85566	89925
CHARGES D'EXPLOITATION	Achat de marchandises			
	Autres achats et charges externes	53321	50205	54544
	Charges de personnel	37779	34937	33200
	Total des charges d'exploitation	91100,3	85142,05	87744
RESULTAT DE L'EXERCICE		1171	424	2181

Quelques difficultés budgétaires ponctuelles

- Rappel : la cotisation annuelle est due même si l'adhérent décide de quitter l'association en cours d'année. Chaque année quelques personnes qui se sont engagées quittent l'association et demandent à leur banque de ne pas honorer le prélèvement mensuel. Cela pénalise l'asso et son budget et en plus les rejets coûtent des frais bancaires...
- Le CA propose donc d'ajouter une possibilité de paiement étalé en 3 fois par chèque pour minimiser ce problème

Adhésions et cotisations

- Le CA propose que les adhésions restent inchangées : 45€ par an pour les nouveaux adhérents, 30 € par an pour les renouvellements
- A Sautron et Les Sorinières, le CA propose de conserver la cotisation à 120 € par an pour une journée d'activité hebdomadaire et l'accès aux sorties et voyages
- A Nantes, le CA demande à augmenter la cotisation 2 % comme l'inflation annuelle pour la porter à 470 € par an et 480 si prélèvement en 10 fois
 - A. Règlement en 1 fois 500€ (470 € cotisation +30 € adhésion)
 - B. Un chèque de 30€ en septembre pour l'adhésion puis 3 chèques de 157€ encaissés en octobre, novembre et décembre. (471 €)
 - C. Un chèque de 30€ en septembre pour l'adhésion puis 10 x 48 € soit 480 € si prélèvements en 10 fois

Renouvellement du CA

- Les statuts prévoient que les administrateurs doivent être réélus par moitié chaque année. Aucun administrateur n'étant sortant, nous vous proposons donc de voter pour renouveler les missions de :
 - Aurélie CUCCO Secrétaire , Nathalie POUSSIER et Philippe OLIVIER membres
- Et de voter pour élire un nouveau membre : Caty ROCHETEAU

Election

Le conseil d'administration **Demande à l'AGO**

- **De voter le maintien de l'adhésion à l'association à 45 € par an**, ramenée à 30 € pour les renouvellements.
- **De voter le maintien** des cotisations annuelles aux Sorinières et à Sautron à 120 € par an
- **De voter l'augmentation** de la cotisation nantaise de 10€ par an
- De voter pour réélire les membres élus
- De voter pour élire Caty ROCHETEAU

Résultat du vote

La liste d'émargement indique 45 adhérents présents et 10 procurations

Les votes ont entériné à l'unanimité

- Le maintien de l'adhésion à 45€ ramené à 30€ en cas de renouvellement
- Le maintien des cotisations à 120€ par an pour Sautron et Les Sorinières
- L'augmentation de 10€ de la cotisation à Nantes

Réélection des membres du CA:

0 vote contre, 0 abstention, approbation à l'unanimité

Election de Caty ROCHETEAU

0 vote contre, 0 abstention, approbation à l'unanimité

En conclusion

Une belle idée qui pourra continuer à être très généreuse avec l'aide de bénévoles nombreux et motivés que nous remercions

Un grand merci à tous ceux et celles qui contribuent à l'ambiance de l'association en renseignant les uns, transportant les autres, veillant sur le plus fragile, partageant leurs infos sur les groupes Whatsapp ou assurant les permanences pendant nos absences...

Merci de votre implication.