

## Procès-verbal de l'assemblée générale ordinaire du samedi 16/09/2023 à 15h00

Le **samedi 16 septembre 2023 à 15h00**, les membres de l'association **YogAmicale** se sont réunis en **assemblée générale** à Nissan-Lez-Ensérune, au **centre socio-culturel**, salle Balayé (1er étage), 17 avenue de Lespignan.

Les **65 adhérents** pour la saison associative 2022-2023 ont été convoqués par courriel et par parution sur le blog de l'association.

**20 adhérents** élèves sont **présents** et **7 pouvoirs** ont été remis. Cela porte à **27** le nombre de **votants**, avec donc une participation de **41.5 %**.

Aucun quorum n'étant exigible (conformément à nos statuts), l'assemblée générale est déclarée ouverte par Christine Deroin, qui préside la séance en qualité de Présidente de l'association.

Celle-ci rappelle que l'assemblée générale est appelée à statuer sur l'ordre du jour suivant :

- Bilan moral saison 2022-2023
- Rapport financier et vote du quitus
- Élections du CA
- Programme saison 2023-2024
- Questions diverses

### 1. Bilan moral saison 2022-2023:

La Présidente donne quelques éléments et quelques chiffres concernant l'activité pédagogique de l'association :

#### Adhésions

L'association a comptabilisé 65 adhérents **contre 36 la saison précédente**, ce qui constitue un accroissement conséquent (+ de 80 %). La répartition des adhérents est la suivante :

- Nombre d'adhérents MDS ..... 42%
- Nombre d'adhérents Nissan ..... 29%
- Nombre d'adhérents Lacroix ..... 11%
- Nombre d'adhérents Gruissan ..... 8%
- Stages ..... 8%

La moyenne d'âge est de 60 ans (de 21 à 81 ans).

#### Cours

Les cours ont été dispensés dans les différents lieux :

- À Nissan, dans la salle **Canta Vent**, **4 cours** par semaine : lundi soir, mercredi soir, jeudi soir et vendredi matin, animés par Christine (2) et par Marcel (2). Les cours ont été maintenus malgré peu de participants sur certains créneaux.
- À la **Maison des Services**, en partenariat avec l'Entente Narbonne Sports, **3 cours** par semaine ont été dispensés : le lundi matin et le vendredi soir, animés par Marcel et le mardi soir animé par Christine. Deux cours ont été assurés par Virginie Rousseau.
- Au **lycée Lacroix** le jeudi soir : **25 séances** animées par Christine. La moyenne sur l'année est de 4 participants par cours ce qui couvre à peine l'indemnité de frais de déplacement (22 €) si elle était systématiquement demandée, ce qui n'a pas été le cas, sauf quand Christine n'avait pas cours au lycée le jeudi et devait venir tout spécialement.

## Stages

- 19/11/2022 : 11 participants à « une journée pour soi » en collaboration avec Jean-Jacques Sierra (massage coréen).
- 07/01/2023 : 8 participants au Toumo sur la plage du Chichoulet.
- 11/02/2023 : 5 participants au yoga en duo.
- 12/03/2023 : 6 participants au stage « yoga & salades sauvages ».
- 29/03/2023 : 14 contributeurs à l'événement Yoga pour Karuna Sheschen
- 15/04/2023 : « yoga des paresseux, initiation au massage thaï », annulé, faute d'inscrits.
- 24/06/2023 : sortie fin d'année au lac de Vézoles.

## Partenariat

### Avec Médit&Vous :

Christine a proposé **3 séances de yoga sur chaise** dans le cadre de l'atelier « à petits pas vers un mieux-être » pour un public du CCAS de Nissan. Christine remercie, Annie, adhérente et présente, qui représente l'association partenaire en sa qualité de Présidente.

### Avec l'EHPAD Louis Fonoll de Nissan :

À partir de janvier, 10 séances de yoga sur chaise ont été dispensées au tiers-lieu pour un public mixte : résidents et extérieurs.

## Formation des enseignants

Christine & Marcel ont participé en juillet 2022 à 1 semaine de formation « yoga et anatomie : le diaphragme et les ligaments du cœur » dispensée par Yvette Clouet, formatrice et auteure de plusieurs ouvrages d'anatomie appliquée au yoga.

Ils ont également suivi un week-end de formation en yoga myo-fascial organisée par IFY-YTE en octobre et assurée par Marie Benoist chez qui ils ont suivi une master class sur la proprioception.

Pour la 2<sup>ème</sup> fois depuis son diplôme, Christine a suivi un séminaire IFY (obligatoire) sur 4 jours (en février) où son enseignement a été supervisé par deux formateurs.

En mars, ils ont fait une retraite de 2 jours dans le Gard avec Éric de l'association « le chemin à la lumière du yoga ».

Christine a suivi une post-formation avec Martyn Neal sur Vijnanamaya kosha dans l'enseignement de Desikachar en avril, sur un week-end.

Christine a continué le bhakti yoga à travers les Kirtans de Michelle Hannah de l'association Bodhi Vie participé à Narbonne une fois par mois.

Christine & Marcel ont ressenti le besoin de pratiquer chaque semaine avec un professeur dans un cours collectif pour reprendre plus régulièrement une place d'élève. Christine l'a fait avec Cathy Coulommié et Marcel avec Éric.

Enfin, le 50<sup>e</sup> congrès de Zinal s'est déroulé au début de l'exercice 2023-2024 (fin août) mais le règlement de l'enseignement a été effectué sur l'exercice 2022-2023.

La Présidente soumet aux voix le bilan moral qui vient d'être exposé. **L'assemblée générale l'approuve à l'unanimité.**

## 2. Rapport financier et vote du quitus

Le trésorier, Marcel projette le compte de résultat (vidéo-projection). Cette année le résultat de l'exercice comptable est **déficitaire de 604,44 €**. C'est la 3<sup>ème</sup> année de déficit. Marcel fait circuler le détail du compte de résultat.

Compte de résultat de l'association YogAmicale					
Exercice comptable : juillet 2022-juin 2023					
Compte	CHARGES	MONTANT	Compte	PRODUITS	MONTANT
6251	Déplacements	5 230,90 €	7061	Cours ENS	4 535,00 €
6185	Séminaires, conférences, stages, formation	3 747,00 €	7064	Cours Nissan	3 411,00 €
6571	Adhésions élèves reversées à l'ENS	1 066,00 €	7562	Adhésions ENS	1 066,00 €
6132	Locations immobilières	1 012,50 €	7065	Stages	753,00 €
6072	Achat accessoires yoga	406,77 €	7062	Cours Lycée Lacroix	624,00 €
6256	Missions	283,64 €	7067	Prestations Tiers-Lieu EHPAD	405,00 €
6574	Adhésion enseignant à la FIDHY	170,00 €	7561	Adhésions YogAmicale	300,00 €
6040	Prestations intervenant externe	150,00 €	7069	Les Aiguades Gruissan-Plage	220,00 €
6572	Adhésions élèves reversées à IFY-YTE	120,00 €	7070	Vente de marchandises à prix coûtant	200,36 €
6573	Adhésion enseignant à IFY	105,00 €	7780	Subvention communale	200,00 €
6257	Réceptions, restauration, frais de convivialité	98,48 €	7563	Adhésions YTE	120,00 €
6073	Achat livres, CD	77,80 €	7068	Interventions pour Médit&Vous	90,00 €
6600	Services bancaires	65,00 €	7063	Cours individuels	65,00 €
6713	Dons associations caritatives	50,00 €	7066	Interventions pour Guillaume Alexandre	60,00 €
6071	Achat fournitures administratives	33,71 €			
6575	Adhésion enseignant à diverses associations	25,00 €			
6183	Abonnement revues techniques	12,00 €			
	<b>TOTAL DES CHARGES</b>	<b>12 653,80 €</b>		<b>TOTAL DES PRODUITS</b>	<b>12 049,36 €</b>
	<b>Résultat de l'exercice :</b>	<b>- 604,44 €</b>			

Il restait cependant en banque au **30 juin** la somme de **350.80 €**.

La Présidente soumet aux voix le bilan financier qui vient d'être explicité. **L'assemblée générale, à l'unanimité, l'approuve et donne quitus au trésorier.**

## 3. Élections membres du CA

Les mandats de Christine et Marcel arrivent à échéance. Ceux-ci renouvellent leur candidature qui est soumise à l'assemblée. Celle-ci les élit **à l'unanimité** pour un nouveau mandat de 2 ans.

Le Conseil d'Administration est donc renouvelé à l'identique avec 3 personnes : Christine, Marcel et Michèle dont le mandat se terminera en juin 2024.

## 4. Programme saison 2023-2024 :

Concernant les cours, la saison ayant déjà démarré, les membres de l'assemblée connaissent la proposition des cours hebdomadaires :

- ✓ **4 cours à Nissan.**
- ✓ **1 cours au lycée du Dr Lacroix** (Christine, jeudi 18h-19h) en partenariat avec l'Amicale du personnel. 2 personnes présentes représentent ce groupe et sont prêtes à « relancer l'affaire ».
- ✓ **3 cours à la Maison des Services en partenariat avec l'Entente Narbonne Sports.**

- **Partenariat avec Médit&Vous :**

3 interventions pour Médit&Vous dans la poursuite de l'atelier « à petits pas... » sont programmées.

- **Partenariat avec le tiers-lieu « Chez Louis » :**

Les cours devaient reprendre le 6 septembre ; ça ne s'est pas fait. Le contrat de la coordinatrice n'a pas été renouvelé ; la directrice assure qu'elle souhaite poursuivre le dispositif mais aucune réunion avec les différents intervenants n'a été programmé, aucun bilan de la 1<sup>ère</sup> période n'a été formalisé. Donc on attend. Christine ne reprendra pas sans un feu vert officiel, d'autant que l'association a eu des difficultés à se faire régler dans les délais prévus.

- **Ateliers/stages :**

Le sondage effectué concernant les stages n'a été renseigné que par moins de la moitié des adhérents. On ne sait donc pas s'il est révélateur. Les personnes qui y ont répondu ont assuré, dans la majorité, qu'ils étaient prêts à participer dans l'avenir et que ce n'était ni le tarif, ni les thèmes qui les en avaient empêché. Le format n'a pas fait l'unanimité. Aussi Christine souhaiterait pouvoir proposer un stage le samedi matin ou le samedi après-midi ou sur une journée une fois par mois. Dans cette optique, elle a demandé à la mairie de Nissan la mise à disposition d'une salle moyenne au centre socio-culturel (au-dessus de la médiathèque). Mme Cathala, 1<sup>ère</sup> adjointe, a donné son feu vert et demandé un calendrier qui lui a été communiqué :

- 14/10/23 de 10 à 12h : séance de yoga solidaire dans le cadre de l'opération « octobre rose » au profit de la Ligue contre le cancer
- 18/11/23 : durée et thème à définir
- 16/12/23 : durée et thème à définir
- 13/01/24 : durée et thème à définir
- 03/02/24 : durée et thème à définir
- 16/03/24 : séance de yoga solidaire au profit de Karuna Shechen
- 27/04/24 : durée et thème à définir
- 25/05/24 : durée et thème à définir
- 29/06/24 : journée des adhérents ?

Christine demande si des idées de thèmes sont à partager. Quelques propositions sont faites : yoga myofascial, toumo, pratique complète avec un temps plus long de méditation, yoga des paresseux, relaxation sonore, yoga et créativité.

- **Formation des enseignants :**

Le week-end du 23 septembre, Christine a une post-formation avec Martyn sur les postures de torsion et la notion d'objet dans les yoga-sutra de Patanjali. En mai 2024, elle est inscrite à une autre post-formation sur les postures d'expansion et la notion de liberté.

En octobre, Christine participera à une formation sur les nyama (1<sup>er</sup> membre de l'ashtanga yoga) avec Colette Hersnack, l'épouse du célèbre Peter, disparu il y a quelques années. Ce week-end de formation sera pris en charge par IFY-YTE.

Le travail avec Marie Benoist sur les fascias se prolongera en janvier pour Christine & Marcel durant un week-end.

À l'étude une semaine de toumo à l'institut Maurice Daubard dans les Alpes italiennes avec son fils.

Marcel continue son travail hebdomadaire sur Agde avec Éric de l'association « le chemin à la lumière du yoga » et Christine avec Cathy Coulommié à Béziers.

Participation probable au congrès européen de yoga à Zinal en août 2024.

## 5. Questions diverses

Patrick interroge sur le projet qui avait été évoqué d'un séjour en Inde. Christine confirme qu'elle avait imaginé retourné en Inde une 3<sup>e</sup> fois, accompagnée par des élèves. Elle a été démarchée par une agence de voyage de Montpellier spécialisée dans l'accompagnement de groupe de yoga. Elle n'a pas complètement abandonné l'idée mais se pose beaucoup de questions : nombre suffisant d'adhérents intéressés pour éviter d'avoir recours à des inconnus, stress occasionné par un tel projet, le coût d'un tel projet. À main levée, plusieurs personnes déclarent être intéressées. Michèle fera un sondage plus large par formulaire informatique. Christine imagine le projet pour février 2025.

L'ordre du jour étant épuisé, l'assemblée générale prend fin à **16h30**.

Établi le 16/09/2023 à Nissan

La Présidente  
Christine Deroin



Le Trésorier  
Marcel Deroin

