



c'est dans l'aiR.S.P



N° 13 - Avril 2013

1 jour de sentier, 8 jours de santé

Un mot du Président: de nouvelles têtes au sein du Bureau 2013 !

L'année 2013 est celle du changement pour la RSP. Le bureau est totalement remanié et même le Comité Directeur ! Mais le changement dans la continuité !... oui, c'est possible !

Les nouveaux membres, tout aussi impliqués que les précédents se sont glissés avec enthousiasme sur les traces de leurs aînés qui ont ouvert la voie vers un club, riche de ses activités si variées, de son climat de convivialité, de sport et de bonne humeur et de ses 425 adhérents. Et tout cela, en 10 années, grâce à la dernière équipe dirigeante : Jean Le Pallac, Président, tour à tour bienveillant et grognon, Andrée Albuison, trésorière, rigoureuse et toujours présente, les animateurs dynamiques, toutes les personnes qui ont participé à l'essor de la RSP et apporté leur aide, de façon discrète mais toujours efficace.

C'est avec le même état d'esprit que la toute nouvelle équipe va s'atteler à la tâche, en profitant de la solide expérience des anciens. Merci pour leur engagement sans faille, de chaque instant.

Pour ceux qui ne les connaissent pas encore, voici les nouveaux membres du Bureau :

BUREAU



Président :
Denise GUYONNET



Vice Président :
Pierre-Alexandre
ROUX



Trésorier :
Daniel JOLY



Secrétaire :
Liliane PLAIS



Secrétaire Adj. :
Marie Jo
MARDIROSSIAN



Secrétaire Adj. :
Catherine MASSON

- Pierre Alexandre ROUX animateur de marche Nordique participe aussi à la vie du site Internet de la RSP.
- Daniel Joly passionné de VTT pratique aussi la rando, la gym.
- Liliane Plais secrétaire au CODERS, aime la rando et le vélo... et surtout son mari !
- Marie Jo Mardirossian n'est pas nouvelle, elle continue d'assurer, avec le sourire son rôle au sein de notre Bureau, preuve qu'elle aime cette fonction mais pas seulement.
- Catherine Masson est nouvelle adhérente à la RSP. Elle n'a pas hésité à s'investir déjà ! Elle pratique la randonnée.

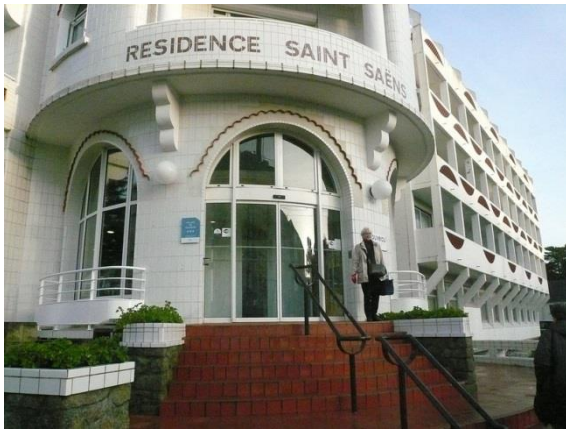
Quant à la Présidente, moi-même, je suis d'abord une animatrice rando qui a découvert et apprécié des hommes et des femmes engagés dans la pratique sportive, aimant partager de bons moments en toute simplicité, dans la joie et la bonne humeur ! Tout ce que j'aime !

Merci pour la confiance que vous me témoignez - Denise GUYONNET

Ce journal a longtemps été tenu par notre ami Roger Gossaert qui maniait la plume aussi bien que le traitement de texte, et s'amusait à nous concocter des textes savoureusement drôles. Il n'est plus là, malheureusement. Mais la reprise est assurée par Jean Pierre Limentour, Elisabeth Chadeaud et Catherine Masson qui eux aussi fourmillent d'idées.

N'hésitez pas à leur confier vos textes, photos et idées pour la prochaine édition. Le journal sera également mis en ligne sur le site.

LA THALASSO 2013 : QUE D'EAU, QUE D'EAU !



Traditionnellement à la RSP, depuis plus de 10 ans, une semaine du mois de janvier est consacrée à la thalassothérapie à La Baule. Ce séjour est organisé par Jacqueline Buard, épaulée depuis 2 ans par Jacqueline Henrard. Il attire chaque année plus de 40 participants, avec une majorité de dames et quelques personnes qui viennent simplement se reposer et respirer l'air de la mer, sans pour autant faire trempette dans les baignoires à remous. Ils en reviennent toujours heureux et détendus.

Les traitements ont lieu par demi-journées, ce qui laisse chaque jour une demi-journée pour des activités personnelles ou le repos. Ou bien pour faire les soldes à La Baule !

L'an prochain, les installations devraient être déplacées, ce qui pose le problème d'un nouveau lieu de séjour, le village d'accueil Renouveau n'étant plus proche des baignoires et autres jets d'eau salée. Où irons-nous alors ?

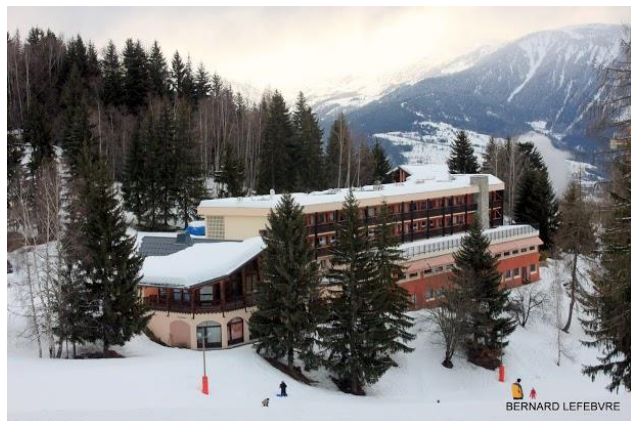
Nos deux « Jacqueline » étudient les solutions qui permettront de sauvegarder les avantages précédents, comme les activités typiques de la RSP, activité dansée ou balades en bord de mer, ainsi que l'ambiance conviviale qui a toujours fait le succès de ce séjour. Cette évolution dans l'espace s'efforcera de limiter l'évolution des prix... vers le haut. Nous attendons avec impatience des nouvelles de nos deux « têtes chercheuses ».



Le séjour 2013, à La Baule, a encore été une réussite. Il a en plus bénéficié du soleil qui nous a tellement manqué en région parisienne !

Malheureusement les photos dont nous disposons n'ont pas été prises sous les jets d'eau salée ou dans les baignoires à remous. Elles vous auraient incitées à rejoindre la thalasso en 2014.

Séjour du 2 au 9 Février 2013 à Doucy Valmorel



Dans une ambiance sympathique, notre séjour à Doucy-Valmorel nous remplit de souvenirs des plus agréables et nous enchante à la douce mélodie de cette nature qui ne peut être que féérique.

« Le petit bonheur » est sur les chemins de randonnées qui serpentent au cœur d'une nature aux paysages magnifiques, des cimes qui nous éblouissent de leur blancheur. Grâce à nos guides amoureux de la nature, nous avons pu découvrir des

parcours de randonnées qui ont procuré une immense joie aux randonneurs amateurs que nous sommes !!!!

Dans un site naturel magnifiquement boisé, nous avons été charmés par ce vaste espace inaltéré du massif de la Lauzière où la nature reste seule reine.

Cette aventure nous a permis de nous retrouver au cœur d'un manteau blanc si pur et si magique, mais rien ne vaut les témoignages des participants pour illustrer ce beau séjour.



« Des randonnées très variées, des sous-bois féériques sous la couche de neige fraîche, des guides passionnés et passionnants. Que la montagne est belle quand le soleil et le ciel bleu nous permettent de voir les sommets ! »

« De la neige, rien que de la neige. L'équipe des raquettes en a beaucoup profité, l'ambiance était chaleureuse. Notre animatrice a su nous rendre ce séjour agréable. Nous pensons déjà au prochain séjour ... »

« Le moment d'extase pour moi, c'est la découverte du lieu le vendredi ... Des sommets superbes autour de nous, plein de couleurs inattendues et le soleil... qui faisait vibrer ces couleurs ... »



« Nous avons passé un agréable séjour en Savoie malgré un temps capricieux mais nous avons eu de bons animateurs et des guides de raquettes compétents. L'hébergement était très convenable et la restauration en style buffet était très appréciée de nous tous. Résultat positif ... »

« Je garde le meilleur souvenir de mon séjour raquettes, je n'avais jamais vu autant de neige. Les accompagnateurs étaient très intéressants, les parcours variés, la sortie dans le moulin inoubliable, avec le thé à l'intérieur. »

« Très satisfaite aussi de Cap vacances, buffet très varié et copieux, un bon repas de gala... Avec autant de bons souvenirs, je retiens pour l'année prochaine »

A l'année prochaine !

Consignes en cas d'alerte météo :



Nous avons subi en mars 2013, des perturbations météorologiques qui nous ont contraints à annuler les randonnées du jeudi et nous le déplorons. **En cas d'alerte météo VIGILANCE ORANGE** ou si le temps semble très mauvais, contactez l'animateur organisateur (voir sur le programme) ou le Responsable Randonnées : Alain Gallet Tel 01 34 13 58 17.

Rappel important concernant la santé :

Pour pratiquer toutes les activités du club vous devez avoir sur vous : Licence - Carte Vitale - Carte d'identité et le numéro de téléphone d'une personne à prévenir en cas de problème.



Un **passport santé** se trouve sur le nouveau site de la RSP, vous le trouverez dans la rubrique « Adhésion » et vous pouvez le télécharger. Imprimez-le recto verso si vous avez ce choix sur votre imprimante. Remplissez toutes les rubriques et gardez-le sur vous, pendant les activités au sein de la RSP et même plus !

AGENDA

- **29 Mai Tournoi de boules**, « challenge Roger Gossaert » sur le terrain du Plessis Bouchard de 9h00 à 17h00
- **2 Juin Fête de la RSP** - Salle paroissiale d'Ermont de 9h00 à 18h30

Nouveau site Internet R.S.P : <http://rsparisis95.e-monsite.com>



2013, encore du changement puisqu'une refonte totale du site internet de la RSP a été effectuée et un Blog y a été ajouté, géré par Daniel Diot et Pierre A Roux.

Ce nouvel espace vous permettra de retrouver toutes les infos pratiques, les programmes semestriels mais aussi d'y découvrir des articles sur des évènements ayant eu lieu au sein du club et des reportages photos. Si vous ne souhaitez pas voir votre photo apparaître sur le site, faites-le nous savoir ou prenez les photos....

Nous espérons que vous l'appréciez !

Nota : Ce journal est envoyé par courrier à tous les adhérents, mais pour la prochaine parution il ne sera expédié qu'aux personnes ne possédant pas internet. Tous les autres le trouveront sur le site de la RSP. Ils pourront le télécharger, l'imprimer où le lire à l'écran.