



Le 01 décembre 2024

## Compte Rendu de l'Assemblée Générale Ordinaire de Pornic Nordic Walking du 29 novembre 2024

Le 29 novembre 2024 à 18 heures, au restaurant du Golf, les adhérents de l'association PORNIC NORDIC WALKING, sur convocation du Président, se sont réunis en Assemblée Générale Ordinaire. C'est la 17<sup>ème</sup> Assemblée Générale de notre Association.

Le nombre d'inscrits et à jour des cotisations :	84 adhérents
Présents :	52 adhérents
Excusés avec pouvoirs :	18 adhérents
Soit présents ou représentés :	70 adhérents

**Le quorum de 10% étant atteint l'Assemblée Générale Ordinaire est déclarée ouverte**

Le président remercie les membres présents qui témoignent ainsi de l'intérêt qu'ils portent à l'activité et au développement de notre association.

### Ordre du jour

- 1 - Rapport Moral
- 2 - Rapport Financier
- 3 - Budget
- 4 - Vote du rapport moral, rapport financier
- 5 - Rapport d'activité sur les randonnées
- 6 - Vie associative
- 7 - Questions diverses
- 8 - Election du CA
- 9 - Election du bureau

### **1- Rapport moral présenté par Jacques Sire président**

Le Président, au nom du Conseil d'Administration a d'abord tenu à remercier les adhérents pour leur présence. Le rapport moral est un moment privilégié pour le Président d'exprimer son ressenti sur l'année écoulée et sur ses 3 années de présidence (Annexe 1).

Monsieur Jacques Sire annonce sa démission du poste de président

### **Accueil des nouveaux adhérents**

- Mmes Valérie Bégeault, Madelaine Barré, Isabelle Nicolas, Emelyne Yvart,
- Mrs Christophe Philippet, Alain Simon, Nicolas Thévenot
- Mme Catherine Brem reprise après arrêt d'un an

Le Président a présenté l'intérêt croissant de la plateforme Helloasso pour notre association. Les planches de présentation sont regroupées en annexe 2.

## **2 - Rapport financier présenté par Christian**

La comptabilité arrêtée au 31/08/2024 se solde par un résultat négatif de 207,14€

L'évolution de la trésorerie tient compte de ce résultat et porte la trésorerie disponible à 5127,16 €

L'épargne initiale de 5109,55 € est majorée des intérêts de l'exercice et se solde par un montant de 5258,57 €.

## **3 - Budget prévisionnel**

Le budget prévisionnel prend en compte : des prestations de formation premiers secours  
des prestations de formation d'animateurs de marche nordique

Et plus particulièrement cette année, pour les 15 ans de l'association, PNW prend en charge une partie du repas qui suit l'assemblée générale

## **4 - Adoption des résolutions**

Jacques propose à l'assemblée générale le vote des résolutions :

- Rapport moral  
Contre : 0, abstention : 0. Adopté à l'unanimité
- Rapport financier  
Contre : 0, abstention : 0. Adopté à l'unanimité

## **5 - Rapport d'activités présenté par Francois**

Ci-dessous un résumé succinct des activités organisées au cours de la saison écoulée :

- 98 sorties 1/2 journées
- 5 annulations
- 4 sorties journées
- 1 séjour
- 31 parcours différents  
- les plus utilisés : Pointe Saint Gildas, Les Rochelets Mindin 7 fois
- Saint Père A/R
- 2 fois Arzal
- Nocturne La Baule
- 1 semaine à Barbaste dans le Lot et Garonne

## **6 – Vie associative**

Statistiques adhérents saison 2024-2025

Les femmes représentent 56,62% des adhérents et les hommes 43,38%.

L'âge moyen est de 69,4 ans.

Formation Brevet Fédéral Animateur de MN

Sylvie présente la formation d'animateur de marche nordique suivie par elle-même et Dominique en 2024, ainsi que les compétences acquises

Organisation des marches Nordiques

Constitution de groupes plus homogènes, avec un nombre limité de marcheurs

Réduction des distances à 12Km et 10Km

Groupes 1 et 2 renommés par des notions de distances à parcourir ou autres

La Marche Nordique en sécurité – Le PSC1

Respect du code de la route

Préconisation de la FFRP pour l'animateur

Présentation du PSC1

Sortie rando club du 15 au 22 juin 2024 à BARBASTE  
12 adhérents ont participé à cette semaine dans le Lot et Garonne

Sortie rando club du 15 au 21 juin 2025 à St Savinien  
12 adhérents se sont inscrits à la sortie prévue mi juin en Charente Maritime

Statistiques sur le blog PNW  
Le blog est très largement utilisé pour les inscriptions à Framadate  
La gazette est très peu consultée

### **7 - Questions diverses et clôture de l'assemblée générale**

En l'absence de questions, Jacques propose aux adhérents de participer à une « Galette des rois » le 17 janvier 2025 à 18h au RDC de la maison des associations

### **8 – Renouvellement des administrateurs et nouveaux candidats**

Jacques informe l'assemblée que 4 adhérents ont fait acte de candidature et 6 membres sortants se présentent à nouveau aux suffrages des adhérents

Membres élus maintenus au CA :

Sylvie Travert, Roger Daguet, François Gravelier, Michel Parois, Dominique Préau

Membres sortants et candidats au CA :

Babeth Pacaud, Martine Pacaud, Micheline Préau, Christian Lefèvre, Patrice Raine, Jacques Sire

Elus à l'unanimité

Membres adhérents et candidats au CA :

Fabienne Kervinio, Anne Pied, Philippe Crochon, Pierre Pekmez

Elus à l'unanimité

### **9 - Election du Bureau**

L'ensemble des dirigeants étant démissionnaire, un nouveau Bureau est élu par le Conseil d'Administration

Président : Dominique PREAU

Vice-présidente : Sylvie TRAVERT

Trésorier : Pierre PEKMEZ

Trésorier adjoint : Michel PAROIS

Secrétaire : Micheline PREAU

Secrétaire adjoint : Philippe CROCHON

L'ordre du jour étant épuisé, le Président déclare l'Assemblée Générale Ordinaire close.



Micheline PREAU  
Secrétaire



Dominique PREAU  
Président

# Rapport Moral «Assemblée Générale Ordinaire» PNW 29/11/2024

Bonjour à toutes et tous.

Bienvenue à notre 16<sup>ème</sup> Assemblée Générale Ordinaire.

Nous sommes ce soir (---) adhérents présents plus (---) représentés pour un effectif total de 83, le quorum de 10% est atteint, l'Assemblée Générale est donc ouverte.

Chers amis et membres de l'association PNW.

Aujourd'hui, je me tiens devant vous avec une certaine émotion pour clore ce mandat en tant que président de notre association de marche nordique. C'est un moment de réflexion, mais aussi de gratitude, car ces années passées à vos côtés ont été riches en expériences et en rencontres. La confiance que vous m'avez accordée et le soutien que j'ai reçu au long de mon mandat ont grandement facilité mon implication au sein de l'association.

Il est temps pour moi de passer le relais, de prendre un peu de recul et de profiter différemment de notre passion commune.

De ces 3 années, je tire un bilan globalement positif ce fut une expérience inoubliable.

Mon enthousiasme aidant, les deux premières années se sont passées sans problème majeur et cela m'a incité à prolonger une 3<sup>ème</sup> année pourtant pas prévue avant de m'engager.

Dès le début de cette aventure nous avons ensemble l'objectif de promouvoir la marche nordique comme une activité accessible, conviviale et bénéfique pour la santé. Je suis fier de constater que nous sommes sur la voie d'atteindre ces objectifs. Nous avons organisé des sorties régulières, diversifié nos parcours, et surtout, tissé des liens solides au sein de notre communauté. Les moments de partage, les rires et les encouragements échangés sur les chemins resteront gravés dans nos mémoires.

Au-delà de l'honneur d'exercer ce job, il est évident qu'on tire toujours des enseignements au moment de parler bilan. Plus cette année que les précédentes j'ai beaucoup appris. J'ai appris à dire «OUI», j'ai appris à dire «NON», j'ai appris à conforter le respect que je devais avoir envers les autres (les adhérents quels qu'ils soient) et le respect des procédures inhérentes à la fonction, j'ai appris également à ne pas oublier de dire MERCI aux différentes personnes chaque fois sollicitées au fil du temps.

A cette occasion, je tiens à remercier aujourd'hui chacune et chacun d'entre vous pour votre engagement, et votre passion. C'est grâce à vous que notre association a pu se développer et s'épanouir. Nous avons vu notre nombre d'adhérents se maintenir à un niveau respectable, et nous avons réussi à offrir un environnement accueillant où chacun se sent à sa place.

Mais depuis la fin d'année 2023 nous avons constaté pendant nos randonnées hebdomadaires une baisse d'assiduité due en grande partie à une météo pas très engageante à la pratique de la marche.

Néanmoins ont été organisées 3 journées rando: St Père en Retz avec une nouvelle formule, Tiffauges, le Barrage d'Arzal et la traditionnelle traversée de la baie de la Baule en nocturne.

Un voyage d'une semaine en rando-visite à Barbaste dans le Lot et Garonne.

Quelques adhérents ont participé avec les services de la Mairie de Pornic au week-end «Partageons les Jeux» et dans ce cadre une photo de PNW a été exposée avec toutes les associations de Pornic dans la Ria.

Nous avons remanié le flyer PNW avec l'aide de Christiane et Jean Charles.

Nous avons renouvelé notre partenariat avec la Thalasso de Pornic, 20 adhérents ont profiter d'un tarif intéressant pour certaines prestations.

Cette saison nous avons mis en place les inscriptions par la plateforme HelloAsso ce qui simplifie notablement le paiement en ligne. Depuis nous avons adopté la même démarche pour d'autres inscriptions avec paiement: rando la Baule, les achats des tickets Thalasso et aussi le repas de l'AG.

Il faut féliciter Sylvie et Dominique qui après avoir suivi la formation ont obtenu le Brevet d'Animateur de Marche Nordique.

Nous avons accueilli en juin pour la même raison, Georges adhérent aux Goyeurs de Retz (marcheurs de Machecoul) qui a animé une séance pour valider sa formation en vue d'obtenir le BFAM pour son club.

Dernièrement les animateurs marche nordique ont mis en place deux séances dites de perfectionnement qui avaient pour but:

- De s'adresser aux derniers arrivants à PNW et revoir les gestes fondamentaux de la marche nordique après une période de 2 mois d'adhésion.

- De s'adresser à toutes celles et ceux qui y voyaient là le moyen de progresser et de reprendre la marche d'une façon progressive après une période d'absence.

19 personnes ont répondu à cette proposition et de l'avis des participants et des animateurs ces séances ont été bénéfiques et devront être renouvelées .

Cependant, et je ne peux passer sous silence que nous avons dû faire face à certaines difficultés. Certaines dynamiques internes ont parfois mis à mal la cohésion de notre groupe. J'ai ressenti comme un frein à l'harmonie entre les membres et au bon fonctionnement de l'association. L'esprit associatif doit rester un espace de partage et d'ouverture, où chacun se sent respecté et intégré, quel que soit son niveau ou ses affinités personnelles, ne perdons pas de vue cet esprit de bienveillance et de tolérance dans notre association.

Chaque membre a un rôle essentiel à jouer, et lorsque nous œuvrons main dans la main nous pouvons atteindre des résultats non négligeables.

C'est dans cet esprit que je vous encourage à continuer de vous impliquer, à rester ouverts les uns aux autres, et à garder à l'esprit que nous sommes tous là pour une même passion celle de la marche nordique et du bien être qu'elle procure.

Veillons à ce que chacun trouve sa place et puisse profiter pleinement de cette activité qui nous rassemble. Il est naturel que des affinités se créent , mais

n'oublions pas que notre force réside dans la diversité des profils, des âges, des horizons.

Le respect envers les autres prend ici tout son sens, le mot respect veut bien dire quelque chose et ne doit pas être une option.

Je reste toutefois convaincu que l'association saura, avec une nouvelle équipe dirigeante retrouver et renforcer ces valeurs de bienveillance, d'inclusion et de plaisir partagé qui sont le fondement de notre démarche.

Je tiens enfin à remercier chaleureusement tous ceux qui ont œuvré à mes côtés au sein du bureau, les animateurs, les bénévoles et bien sûr, vous les membres. Sans votre engagement et votre enthousiasme, rien de tout cela n'aurait été possible. Une association, c'est avant tout une aventure collective, et vous contribuez à son succès.

Je quitte ma fonction de Président, mais je ne quitte pas l'association. Vous me retrouverez toujours à vos côtés sur les chemins, avec mes bâtons, partageant avec vous la joie de marcher ensemble. Je suis persuadé que mon successeur saura guider l'association avec sérénité et dynamisme.

Je suis convaincu que de nouvelles idées, de nouveaux visages sauront apporter un souffle nouveau à notre groupe, tout en préservant ce qui fait notre identité.

Je tiens à vous remercier pour vos messages de confiance et de sympathie reçus pendant ces 3 années et particulièrement ces derniers temps.

Merci à tous, du fond du cœur, pour ces moments partagés. Continuons à avancer, ensemble.

**Merci de votre attention**

Jacques SIRE



**Assemblée Générale Ordinaire  
du 29 novembre 2024**



Assemblée Générale  
Ordinaire  
29 Novembre 2024

## Ordre du jour

- 1 - Rapport Moral
- 2 - Rapport Financier
- 3 - Budget
- 4 - Vote du rapport moral, rapport financier
- 5 - Rapport d'activité sur les randonnées
- 6 - Vie associative
- 7 - Questions diverses
- 8 - Election du CA
- 9 - Election du bureau



Assemblée Générale  
Ordinaire  
29 Novembre 2024

## 1 - Rapport Moral

### Accueil des nouveaux adhérents

- Mmes Valérie Bégeault, Madelaine Barré, Isabelle Nicolas, Emelyne Yvart,
- Mrs Christophe Philippot, Alain Simon, Nicolas Thévenot
- Mme Catherine Brem reprise après arrêt d'un an

### Présentation de HelloAsso

- Adhésions par HelloAsso : 68 sur 83 adhérents soit 82 %
- Paiement tickets Thalasso 19/20 soit 95 %
- Paiement Repas AG : 55 soit 100 %

## 2 - Rapport Financier

Synthèse des  
 mouvements  
 comptables du :  
 1 sept. 2023 au  
 31 août 2024

Libellé	Mouvements – 2023/2024		
	Dépenses	Recettes	Net
791 Remboursement assurance voyage	613,80	613,80	0,00
756 Cotisations (Adhérents avec cotisation FFR via PNW)		3 901,75	3 901,75
658 Adhésion (Fédération Française Randonnée)	2 750,25		-2 750,25
658 Adhésion (Autres Produits/Charges FFR)	60,00		-60,00
618 Prestations site internet (abonnement, hébergement)-Blog	59,88		-59,88
618 Achat stockage et partage fichier-Pcloud			
636/708 Frais Assemblée Générale //Facturation	1 335,71	1 216,00	-119,71
625 Autres frais de réception	175,07		-175,07
607/707 Achats//Vente équipements de marche nordique	193,20	88,00	-105,20
606 Fournitures administratives	13,92		-13,92
606 Trousses secours			
625 Frais de mission	123,80		-123,80
626 Divers	72,00		-72,00
627 Services bancaires ( )	57,55		-57,55
671 Participation /don « FRAMASOFT »			
622 Prestations de formation (premiers secours)	180,00		-180,00
622 Formation d'animateurs de marche nordique	412,00		-412,00
604/706 Prestations marche nordique (Journées)	378,50	387,50	9,00
604/706 Prestations marche nordique (Semaine)	8 533,51	8 545,00	11,49
606/706 Service exceptionnel (Thalasso)	3 979,00	3 979,00	0,00
<b>Total des dépenses et recettes d'exploitation 2023-2024 ( )</b>	<b>18 938,19</b>	<b>18 731,05</b>	
<b>Résultat de trésorerie [ Exercice 2023-2024 ] ( )</b>			<b>-207,14</b>

### Trésorerie disponible calculée au : 31 août 2024

Solde de trésorerie en début d'exercice (1 septembre 2023)	5 334,30
Solde des mouvements de trésorerie (exercice 2023/2024)	-207,14
<b>Solde de trésorerie disponible au 31 août 2024</b>	<b>5 127,16</b>

### Compte épargne (C.A.)

Solde du compte épargne en début d'exercice (1 sept 2023)	5 109,55
Intérêts – 2023	149,02
<b>Solde compte epargne au 31 août 2024</b>	<b>5 258,57</b>

10 385,73

Attn: Dans le cadre des 2 formations  
 BFMN 2024, nous avons en caution à  
 la FFR-> 414\*2=818€ -- Chèques N°  
 3738628/30

Adhérents avec cotisation FFR via PNW

82

Adhérents avec cotisation FFR autre que PNW

1

## 3 – Budget prévisionnel 2024-2025

	Année N-1	Prévisionnel 2024-2025	
		Dépenses	Recettes
756 Cotisations (Adhérents)	3 901,75		3 707,00
754 Dons reçus			24,00
708 Abonnement Magazine FFR		-40,00	40,00
658 Adhésion (Fédération Française Randonnée)	-2 750,25	-2 529,70	
658 Adhésion (Autres Produits/Charges FFR)	-60,00	-60,00	
618 Prestations site internet (abonnement, hébergement)-Blog	-59,88	-59,88	
636/708 Frais Assemblée Générale //Facturation	-119,71	-2 200,00	1 200,00
625 Autres frais de réception	-175,07	-180,00	
607/707 Achats//Vente équipements de marche nordique	-105,20	-150,00	100,00
606 Fournitures administratives	-13,92	-50,00	
606 Trousses secours			
625 Frais de mission	-123,80	-200,00	
626 Divers (Gilets/Dossards fluos etc... )	-72,00	-250,00	
627 Services bancaires ( )	-57,55	-69,00	
671 Participation /don « Framasoft » HelloAssos		-200,00	
622 Prestations de formation (premiers secours)	-180,00	-600,00	
622 Formation d'animateurs de marche nordique	-412,00	-206,00	206,00
604/706 Prestations marche nordique (Journées)	9,00		
604/706 Prestations marche nordique (Semaine)	11,49		
606/706 Service exceptionnel (Thalasso)			
S/T ==>	<b>-207,14</b>	<b>-6 794,58</b>	<b>5 277,00</b>
<b>Résultat estimé en fin d'exercice ==&gt;</b>		<b>-1 517,58</b>	

Attn:2024 Dans le cadre des formations BFMN, nous avons en caution à la FFR -> 414\*2= 818€ -- Chèques N°N 3738628/30

Evolution de la trésorerie	Réalisés (hors intérêts livret A)	Solde bancaire Cpte courant+Livret A	Solde disponible (C-C corrigé)	compte épargne (Livret A)
* 2020/2021 --	-284,00	8 193,71	3 178,53	5 015,18
* 2021/2022 --	1442,97	9 661,75	4 621,50	5 040,25
2022/2023 --	712,80	10 443,85	5 334,30	5 109,55
2023/2024 --	-207,14	10 385,73	5 127,16	5 258,57
Prév- (2024/2025)	-1517,58	9 025,91	3 609,58	5 416,33

\* 2023/2024 le solde bancaire est hors caution de 818€

\* 2020/2021 le solde bancaire est hors bon à valoir détenu auprès du VVF de 1777,62€

\* 2021/2022 Après récupération du bon à valoir détenu auprès du VVF de 1777,62€



Assemblée Générale  
Ordinaire  
29 Novembre 2024

## 4 - Vote :

- **du rapport moral**
- **du rapport financier**



Assemblée Générale  
Ordinaire  
29 Novembre 2024

## 5 - Rapport d'activité sur les randonnées

### Les randos :

- ✓ 98 demi-journées organisées
- ✓ 31 parcours empruntés
- ✓ Les plus utilisés Pointe Saint Gildas, Les Rochelets Mindin, 7 fois
- ✓ 5 annulations
- ✓ 4 journées : Saint Père, 2 fois Arzal, La Baule
- ✓ 1 semaine Barbaste

## 5 - Rapport d'activité sur les randonnées

### La participation :

	Total parcours effectués = 2075
<b>GP1</b>	967
<b>GP2</b>	1108

	GP1	GP2	TOTAL
<b>Maxi</b>	19	33	49
<b>Mini</b>	3	2	
<b>Moyenne</b>	10	11	21

## 5 - Rapport d'activité sur les randonnées

### La participation mardi et samedi :

	MARDI		SAMEDI	
	Total	Moyenne	Total	Moyenne
<b>GP1</b>	480	10	498	11
<b>GP2</b>	800	16	320	7

### Topologie des randos :

	Total	MARDI	SAMEDI
CÔTE	44%	52%	37%
CAMPAGNE	41%	33%	41%
LAC et MARAIS	24%	13%	24%

## **6 - Vie associative :**

- Statistiques adhérents session 2024-2025
- Formation Brevet Fédéral Animateur de MN
- Organisation de la Marche Nordique au club
- La Marche Nordique en sécurité – Le PSC1
- Sorties rando club 2024 et 2025
- Statistiques sur le blog PNW

# Statistiques adhérents session 2024-2025

## En nombre

Tab-1

	Femmes		Hommes		Nb total adhérents
	Nombre	Pourcentage	Nombre	Pourcentage	
Session 2022-2023	62	62,00%	38	38,00%	100
Session 2023-2024	58	59,18%	40	40,82%	98
Session 2024-2025	47	56,62%	36	43,38%	83
Dont nx adhérents (2024-25)	4	57,14%	3	42,86%	7

Tab-7

## Résidence adhérents

BOUAYE
LA BERNERIE EN RETZ
LA PALINE SUR MER
LES MOUTIERS EN RETZ
NANTES
PORNIC
PREFAILLES
SAINT BREVIN LES PINS
SAINT HERBLAIN
SAINT MICHEL CHEF CHEF
SAINT PÈRE EN RETZ

## En âge moyen

Tab-2

	Femmes	Hommes	F + H
Session 2022-2023	66,2 ans	70 ans	67,7 ans
Session 2023-2024	66,3 ans	71,1 ans	68,3 ans
Session 2024-2025	67,1 ans	71,8 ans	69,4 ans
Dont nx adhérents (2024-25)	57,2	64 ans	61,6 ans

## Evolution

Tab-3

<=2015	2016	2017	2018	2019 2020	2020 2021	2021 2022	2022 2023	2023 2024	2024 2025
21	3	3	5	12	11	8	8	5	7

Tab-4

La(e) plus jeune = 44 ans
La(e) plus âgé = 82 ans

Tab-5

Actifs = 8	7,41%
Retraités = 75	92,59%

Tab-6

% réinscrits		
2022/23	2023/24	2024/25
79,80%	83,00%	76,53%

## Pause : Les 5 bienfaits de la Marche Nordique



[Lien vidéo](#)



Assemblée Générale  
Ordinaire  
29 Novembre 2024

## **Retour d'expérience :**

formation Brevet Fédéral animateur de Marche Nordique 2024  
Dominique et Sylvie

- Par qui ?
- Pour qui ?
- Quand ?
- Combien ?
- Où et comment ?
- Pourquoi ?
- Contenu ?



Assemblée Générale  
Ordinaire  
29 Novembre 2024

## Formation Brevet Fédéral Animateur de Marche Nordique 2024

### **Focus sur contenu :**

- 6 blocs de compétences à acquérir par l'animateur de MN
  - Maîtriser les techniques pour conseiller et transmettre
  - Préparer et organiser une activité
  - Encadrer et animer une activité
  - Connaître et communiquer sur le milieu d'évolution et la pratique
  - Assurer la sécurité du public et des tiers
  - Participer au fonctionnement de la structure, la promouvoir



Assemblée Générale  
Ordinaire  
29 Novembre 2024

## Organisation des Marches Nordiques au club PNW

- ✓ Constitution de groupes plus homogènes, avec un nombre limité de marcheurs :
  - Chaque groupe marche à son rythme : moins d'arrêts pour regroupements
  - Compatible pour des révisions ciblées des gestes techniques
  - Distance parcourue adaptable à chaque groupe
- ✓ Réduction des distances à 12Km et 10Km :
  - Moins de fatigue pour maintenir le bon geste sur les derniers Km.
  - Permet de tester des changements de groupes
- ✓ Groupes 1 et 2 renommés par des notions de distances à parcourir ou autres

## La Marche Nordique en sécurité

### ✓ Respect du code de la route :

- S'ils existent, emprunter **les trottoirs** et les accotements praticables
- Sinon, se déplacer sur **le bord gauche de la chaussée, en colonne par un** (exceptionnellement sur le bord droit de la chaussée en colonne par deux, sur décision de l'animateur)
- Emprunt obligatoire des **passages piétons** situés à moins de 50 mètres. Sinon, sur décision de l'animateur, traversée groupée et perpendiculaire à la route.

### ✓ Préconisations de la FFRP pour l'animateur

- Etre équipé d'un gilet fluo, d'un sifflet, d'une trousse de secours et d'un téléphone portable
- Pour chaque groupe, un animateur et un serre-fil, formés au **PSC1**



Assemblée Générale  
Ordinaire  
29 Novembre 2024

## Formation sécurité – Le PSC1

Pour **réagir efficacement face à des situations de la vie quotidienne** : malaise, traumatismes, perte de connaissance, arrêt cardiaque, etc., en réalisant les gestes de premiers secours

3 phases lors d'une intervention :

**Protéger** : la victime et soi-même contre un autre danger

**Alerter** : comment alerter les secours si nécessaires

**Secourir** : gestes de premiers secours en attendant l'arrivée des secours

Formation de 7h (Protection Civile, Croix Rouge, pompiers), destinée en priorité aux animateurs et accompagnants, mais ouverte à tous.



Assemblée Générale  
Ordinaire  
29 Novembre 2024

## Sortie rando club du 15 au 22 juin 2024 à BARBASTE

Hébergement au village Cap France : Le Relais du Moulin Neuf à Barbaste (30 Km au SSE d'Agen)

12 adhérents, avec coût du séjour 710€ par personne, plus participation aux frais de transport

### Programme :

- Rando le matin sur environ 12Km, avec dénivelé moyen de 220m
- Pique-nique aux voitures
- L'après-midi, visites libres ou guidées de bastides, villages médiévaux, châteaux, jardins remarquables et balade en Gabare

## Sortie rando club du 15 au 22 juin 2024 à BARBASTE



Visite du moulin des Tours  
d'Henri IV à Barbaste



Rando dans les bois à  
Barbaste



Balade sur le pont canal  
à Agen



Visite du château musée  
d'Henri IV à Nérac



Visite des jardins de  
Coursiana à La Romieu



Pause à Villeneuve sur  
Lot



Assemblée Générale  
Ordinaire  
29 Novembre 2024

## **Sortie rando club du 15 au 21 juin 2025 à St Savinien**

Hébergement au village Cap France : Les Chênes Verts à  
St Savinien sur Charente (Rochefort, Saintes, Marennes et Cognac)

12 adhérents inscrits, avec coût du séjour 550€ par personne, plus  
participation aux frais de transport

Programme prévu : Randonnées avec dénivelés et distances raisonnables,  
dans des paysages entre mer et campagne, entre vignobles et bois.  
Complétées de visites de sites incontournables à proximité, jardins et châteaux.

## **Sortie rando club 2026 ?**



Assemblée Générale  
Ordinaire  
29 Novembre 2024

## Statistiques sur le blog PNW

- ✓ Depuis la création du blog PNW, plus de 94000 visites (450 en moy.)
- ✓ Sur l'année 2024, 1400 visites en moy. par mois, avec 2,6 vues par visite
  - Blog très largement utilisé pour les inscriptions à Framadate.
  - Par contre la Gazette est très peu consultée ➔ à voir.
- ✓ 50 % inscriptions à Framadate ont lieu le mardi et le samedi, soit quelques heures avant le départ des marches.



Assemblée Générale  
Ordinaire  
29 Novembre 2024

## 7 - Questions diverses

- ✓ Galette des rois le vendredi 17 janvier 18 h à la Maison des Associations
- ✓ ...



Assemblée Générale  
Ordinaire  
29 Novembre 2024

## **8 - Election du Conseil d'Administration**

### **Membres élus maintenus au CA**

Sylvie Travert, Roger Daguet, François Gravellier, Michel Parois,  
Dominique Préau

### **Membres sortants et candidats au CA**

Babeth Pacaud, Martine Pacaud, Micheline Préau, Christian Lefèvre,  
Patrice Raine, Jacques Sire

### **Membres adhérents et candidats au CA**

Fabienne Kervinio, Anne Pied, Philippe Crochon, Pierre Pekmez

## **9 - Election du Bureau de PNW**

# Pour patienter :

## Apprendre la technique de la Marche Nordique !



[Lien vidéo](#)