

Rapport de la présidente

L'année 2023 fut une année calme pour le comité. Après les années difficiles marquées par la pandémie, votre association a retrouvé son rythme de croisière, avec même une augmentation de la participation dans certaines activités.

La principale nouveauté de 2023 fut l'introduction de la facture référencée pour le paiement des cotisations. Cette introduction a bien fonctionné dans l'ensemble, même si certains membres n'avaient pas compris que seules ces factures devaient être utilisées et qu'elles étaient individualisées. Cela a généré du travail de vérification supplémentaire pour Simone. Mais malgré tout, cela a permis de réduire le nombre d'écritures et donc un gain de temps.

Nous avons toutefois prévu une permanence pour le paiement des cotisations courant janvier, mais seuls 17 membres ont utilisé cette possibilité.

Parmi les événements marquants de 2023, il y eut en janvier une conférence sur l'ostéoporose donnée par Béatrice Fonjallaz de la ligue genevoise contre le rhumatisme. Vulgarisatrice hors pair, elle a captivé les 14 participants présents.

Courant mars, nous avons invité les intervenants extérieurs et les responsables d'activité à partager une raclette. Cette invitation, une fois par année, est une manière de marquer notre gratitude envers leur engagement et leur fidélité.

Deux repas réunissant les membres ont ponctué l'année. Ce sont bien sûr le désormais traditionnel repas d'été qui a réuni 45 personnes au Couvert de Certoux pour un jambon à la borne et gratin et la choucroute de l'Escalade qui a attiré 72 personnes. 2 classes de l'école primaire accompagnées par Loïc à la guitare sont venues interpréter des chants de circonstance avant la traditionnelle marmite fracassée par Anne-Marie Baussand et Walter Furrer.

La sortie aux Automnales n'a pu être organisée faute de suffisamment de participants. Le comité n'a pas souhaité participer à l'organisation du Noël du Village, ni au calendrier de l'Avent.

Quelques informations concernant le travail du comité et les décisions prises.

Le comité s'est réuni 2 fois avant l'AG 2023 pour préparer celle-ci et préparer surtout la proposition de modification de statuts. Simone et moi-même arrivions en toute fin de mandat et seul un changement dans les statuts nous permettait d'être réélues en l'absence de candidats pour les postes de président et de trésorier.

Le comité élu par l'AG s'est réuni 5 fois entre avril et décembre, s'élargissant par deux fois aux responsables d'activité en juin et décembre pour faire le bilan des activités du trimestre et finaliser le calendrier du trimestre suivant. Le dernier comité s'est clos par un apéritif dînatoire dans le local de la chapelle (dia).

Suite à un accident survenu lors d'une balade ornithologique et un autre lors d'une sortie à vélo, sans compter quelques malaises ou chutes lors des excursions, s'est posée la question de la sécurité des membres et de la formation en 1^{er} secours des accompagnants et des responsables d'activité. Nous avons cherché de notre côté des organismes capables de nous proposer une formation simple. Mais le prix nous a dissuadé d'aller plus loin. C'est par l'intermédiaire de la FGCAS, que nous aurons une porte ouverte.

Le comité a décidé d'augmenter à partir de la rentrée de septembre les prix des cartes 10 cours pour l'aquagym et le yoga, sans changer leur durée de validité fixée à 3 mois. Cette durée était effectivement plus longue les premières années, mais nous nous sommes assez rapidement rendu compte que cela ne jouait pas financièrement car nous devons payer les enseignants qu'ils donnent un cours à 2 élèves ou à plus. Cette durée de validité vous laisse la possibilité d'être absents 3 fois. Ces cartes coûtent dorénavant CHF 80.-, ce qui est un prix encore très bas comparé à des cours donnés ailleurs. Il a décidé aussi d'augmenter fortement celui des activités à l'unité dans le but de décourager les participants de choisir ce mode de paiement. La régularité nous paraît essentiel dans la pratique de ces activités.

Le 22 mai, Maureen a participé à la réunion des associations. J'ai participé à l'AG extraordinaire de la FGCAS le 16 mai et aussi à la journée des présidents. Le thème de cette journée était le renouvellement des comités. Le problème de la relève est général, aussi à la tête de la FGCAS. Il n'existe pas de solution miracle, si ce n'est d'essayer d'anticiper les départs et préparer si possible la relève. Et de parler de l'association, de lui faire de la publicité pour attirer de nouveaux membres.

L'accord de collaboration avec le CAD est toujours d'actualité. José Cadau ici présent participe à tous nos comités. Ses conseils sont toujours judicieux et pertinents. Nous l'en remercions vivement. L'AdS est toujours membre de la FGAS. Cette dernière adhésion nous permet de bénéficier d'une assurance RC collective avantageuse et de billets réduits pour les spectacles entre autres.

L'AdS est toujours membre de l'association du Canard de l'Aire dans lequel elle diffuse tous les mois un article. Cette année, vous l'avez peut-être remarqué, nous avons fait paraître des articles sur les activités : pétanque, balade ornithologique, (improvisation théâtrale, espace-rencontres en février 2024). L'idée étant de donner une idée de ce qui s'y passe et de l'ambiance qui y règne ! Et d'attirer de nouveaux membres, plus jeunes si possible. Mais difficile de savoir si de nouveaux membres se sont inscrits suite à ces articles.

Quelques informations concernant les membres maintenant.

Le nombre de membres est relativement stable, des demandes d'adhésion compensant les démissions. Nous devons déplorer la disparition de Nora Thonney au mois de janvier et d'André Widmer au cours de l'été. Peut-être y en a-t-il eu d'autres, mais nous n'avons pas été mis au courant.

Au 31 décembre 2023, l'association comptait 198 membres ayant payé leur cotisation. Pour rappel, nous offrons la cotisation de l'année en cours pour ceux qui nous rejoignent après le 1^{er} novembre. Sur ces 198 membres, 158 habitent Perly-Certoux, soit 79,7 % des membres, 13 viennent de France voisine (soit 6,6 %), 27 d'autres communes (13,7 %). Ces membres extérieurs à la commune s'inscrivent essentiellement pour l'aquagym et le yoga. Comme je vous l'ai déjà dit, nous avons augmenté le prix des cartes 10 cours pour ces deux activités et garder quelques places à l'aquagym pour les communiers. S'est posée aussi la question de l'augmentation de la cotisation pour les non-communiers, mais le comité a décidé de la différer encore.

Le nombre de personnes souhaitant bénéficier de billets à prix réduit pour des spectacles de théâtre ou de concert est stable : 23 personnes pour la saison 2023-2024 ont commandé 135 billets de théâtre (mais seulement 90 billets reçus ; soit 67 % environ, proportionnellement moins que l'an passé) et 70 billets de concerts (70 reçus). 6 cartes pour assister aux répétitions de l'OSR ont été demandées (4 obtenues). 22 membres ont aussi demandé une carte de membre leur permettant d'obtenir des billets à CHF 10.- dans d'autres théâtres. Cette carte de membre pour des questions de logistique doit être commandée, s'il vous plaît, en même temps que les billets, soit au mois d'août.

Cette année en plus, 3 concerts gratuits ont été proposés par l'OSR. Ils rencontrent toujours bien du succès. Nous envoyons toujours un courrier postal aux personnes qui n'ont pas d'adresse e-mail (encore 18 actuellement) pour les programmes d'activité. Mais je ne suis pas sûre que le parrainage que nous avons essayé d'instaurer fonctionne réellement.

Rapport sur les différentes activités

Aquagym (responsable : Maureen)

En 2023, 21 personnes étaient inscrites à l'aquagym. Les cours continuent tous les vendredis matin et sont toujours aussi sympathiques sous la houlette très, très dynamique de Maxime Roche.

Balade à vélo (responsable : René et Jean-Louis)

René et Jean-Louis ont planifié 10 sorties à vélo en 2023. Une seule a été annulée pour cause de pluie et les autres se sont bien déroulées, malgré la canicule du mois d'août. La participation a été bonne, avec une moyenne de 8 cyclistes et une pointe à 10 pour la sortie pique-nique du 19 juin au jardin maraîcher du Pétrichor à Onex. L'ambiance est excellente et nous vous invitons, si vous êtes intéressés, à participer avec ou sans vélo électrique. Tout le monde est le bienvenu.

Balade ornithologique (responsable : Mireille)

Les balades ornithologiques comme les balades à vélo ou les randonnées sont tributaires des conditions météorologiques. Trop de vent, la pluie ou parfois le brouillard non prévu ne favorisent vraiment pas l'observation des oiseaux. Néanmoins, nous avons réussi à faire 7 balades entre fin mars et début décembre, balades essentiellement dans le canton à part une incursion en territoire vaudois à Préverenges, lieu d'escale apprécié des oiseaux et des ornithologues et une autre en France au col de la Colombière. Les participants étaient moins nombreux que les années précédentes : accidents divers et soucis de santé ont empêché certains fidèles d'être là. Mais l'enthousiasme est toujours présent, plus présent que les oiseaux dont la diminution en nombre est affreusement sensible.

Conversation anglaise (responsable : Milena)

Nous étions 6 à passer de très bons moments au cours de conversation anglaise dans une ambiance très détendue. On a bien discuté et joué tout en apprenant des nouveaux mots en Anglais et en Écossais !

Danse (responsable : Jeannine)

Tous les jeudis de 14h à 15h30, sous la direction de Domenica Trotti qui anime cet atelier, 10 à 15 personnes, dont un homme parfois, il faut le souligner, dansent en ligne. L'ambiance est excellente. Les morceaux choisis par Domenica sont dynamiques. Donc si vous avez l'envie de bouger, venez les rejoindre. Vous serez accueillis avec plaisir. Débutant, vous progresserez et ferez travailler votre jeu de jambes et votre coordination gestuelle.

Espace rencontres (responsable : Béatrice)

Les rencontres sont maintenant enracinées chez Zio. Les participantes y sont très fidèles. Cela peut se prolonger par un apéritif, une activité. Les dernières nouvelles s'ye propagent. Les discussions sont parfois vives. Le plaisir de se retrouver est toujours intact.

Excursions (responsable : Henri)

5 excursions ont été organisées par Henri en 2023. 35 à 47 personnes y ont participé.

Le 23 mars, les participants ont visité le musée gruyèrien à Bulle, puis ont assisté et aussi participé à la fabrication d'un fromage avant ou après s'être régalés d'une fondue.

Les Salines et la ville de Bex furent visitées le 27 avril.

Au programme de la sortie du 25 mai une croisière sur le Rhône à Lavours et la visite d'une cuivrie.

Puis le 22 juin, les filets de perche tant attendus avant un retour précipité à cause d'une tempête.

Le 14 septembre, les participants ont visité le musée des traditions vigneronnes à Vongnes, ont pu faire une dégustation des vins, avant un repas fantastique à l'auberge de Contrevoz et une croisière sur le Rhône et le canal de Savières.

Expression artistique (responsable : Irma)

Pendant toute l'année 2023, les participants à l'activité ont continué à travailler ensemble, mais sans encadrement tous les mardis après-midi de 15h à 17h avec « plus ou moins de talent ».

Certains se sont inspirés avec des tutos et des vidéos sur des applications informatiques mais il s'est avéré que nous avons bien besoin d'un encadrement professionnel pour progresser, encadrement qui a été trouvé en fin d'année et qui est en place depuis le mois de janvier.

Informatique (responsable : Mireille)

L'atelier d'informatique du vendredi matin répond à un réel besoin au sein de l'Aire des Seniors. Il offre un espace d'apprentissage convivial et stimulant, favorisant l'autonomie et la participation des seniors dans le monde numérique.

En moyenne, six participants se réunissent chaque vendredi matin pour profiter d'une assistance individualisée et conviviale.

De nouveaux thèmes sont abordés, comme l'Intelligence Artificielle, mais aussi les problèmes actuels sur la sécurité bancaire par exemple.

L'atelier permet de gagner en confiance et en autonomie, tout en favorisant le partage d'expériences.

Improvisation théâtrale (responsable : Mireille)

Cette activité n'est pas proposée par les autres associations de seniors et donc un peu plus de la moitié des participants vient d'autres communes. Les exercices se pratiquent à deux ou en groupe. Les participants ont une imagination débordante et les éclats de rire sont nombreux, certaines prestations sont vraiment très drôles. On pourrait se demander quel est l'intérêt de cet atelier, à part s'amuser et rire. En fait, il permet de maintenir une qualité de compréhension, de réactivité, d'imagination, d'écoute à l'autre et de répartie. Et ce ne sont pas les plus âgés qui ont le moins d'imagination, de verve et de truculence. Comme l'année passée, quelques participants se sont produits un dimanche après-midi à Cité Seniors.

Méditation (responsable : Milena)

Cette activité se déroule régulièrement tous les mardis matin à la satisfaction de tous ces 13 membres, dont la majorité la suit depuis sa création et y trouve souvent un apaisement ou la sérénité nécessaire pour aborder les problèmes de la vie courante.

Pétanque (responsable : Patrick)

Les mardis après-midi, une dizaine de joueurs se retrouvent sur le terrain de pétanque à côté de la buvette du foot. En hiver quand il fait froid, ils se déplacent au boulodrome de la Fontenette et se mettent à l'ombre des arbres voisins du Couvert quand il fait très chaud. Là aussi les parties s'enchaînent dans la bonne humeur et l'arbitre est toujours le mètre dans la main de Patrick.

Programmation de films (responsable : Béatrice)

Les films sont toujours l'occasion de se retrouver pour partager un bon moment ensemble. Ils font le bonheur d'une douzaine de personnes dans le local de la chapelle. Le choix est très éclectique : il dépend de la projectionniste. Ont été vus ou revus West Side story, Une belle course, Jane by Charlotte, Quand tu seras grand.

Randonnées (responsables : Simone et Christiane)

Cette année nous avons fait 6 balades avec un groupe de 4-6 personnes. Nous étions au bord du Rhône, au bord de l'Hermance ainsi qu'au Mont-Rond. Nous avons aussi participé à la marche du CAD qui réunissait toutes les associations des aînés de Genève après une marche dans la campagne. Nous étions environ 70 aînés et nous avons partagé un très bon risotto offert par le CAD, c'était un bon moment de convivialité. En 2024 les balades auront lieu les vendredis de chaque mois dès le 22 mars à octobre.

Scrabble et yass (responsables : Christiane et Claudine)

C'est avec un réel enthousiasme que nous nous retrouvons pour jouer au jass ' taper le carton' tous les jeudis de 14h00 jusqu'à...des fois 18h00 avec un délicieux goûter au milieu de l'après-midi afin de nous reposer. Actuellement nous sommes un groupe fidèle de 6 personnes. Que de rires et de bons moments partagés. N'hésitez pas à nous rejoindre.

Self-défense (responsable : Mireille) :

En janvier dernier, une session de 6 cours de self-défense a permis à une dizaine de participants d'apprendre quelques règles de conduite, les attitudes et les gestes, les mots aussi pour s'opposer à d'éventuels agresseurs. Karine Imboden adapte son cours aux possibilités physiques des participants. Donc ne craignez rien. Ce n'est ni du judo, ni du karaté, juste des gestes de parade ou de défense accessibles à chacun.

Yoga (responsable : Maureen)

Le nombre total de participants pour le yoga est de 27 pour les 3 cours. Tout le monde trouve son compte et peut choisir de venir soit le lundi ou le mercredi pour participer à un cours dynamique et agréable.