



### CLUS DES AÎNÉS L'AGE D'OR

Cette année cela fera 30 ans que notre association « L'Age d'Or de Sernhac » a vu le jour. C'est à Jean et Paulette Rouquette ainsi qu'à Michel Paulin, Maire de Sernhac, que nous devons la naissance de notre association.

Depuis sa création peu de chose dans l'idéologie a changé. Nous privilégions toujours le bien être de nos adhérents. Nous nous réunissons tous les mardis après midi avec notre petit loto suivi du goûter et des jeux de société. Les jeudis le concours de belote avec son goûter.

Cette année nous avons eu le privilège d'avoir l'autorisation du Maire de nous réunir également tous les lundis après midi avec bien sûr loto, goûter et jeux de sociétés. Ce qui fait le bonheur de nos adhérents.

Une fois par mois nous organisons le repas des mardis que nous réussissons à maintenir à 12 euros et ce grâce à la réussite de nos 3 grands lotos programmés dans l'année. Pour le repas mensuel nous réunissons entre 45 et 50 adhérents, il est préparé par un traiteur et servis par nos bénévoles. Au moins 2 repas gratuits sont offerts dans l'année aux adhérents assidus.

En avril et octobre nous allons en Espagne à la Jonquera et au Perthus et chaque fois le car affiche complet, le prix du voyage est de 25 euros.

Nos activités se font les lundis, mardis et jeudis de 14H à 17 H 30.

Venez nous rejoindre vous passerez de bons moments en tout amitié, dans la joie et la bonne humeur.

**Louisa Parmentier : 04.66.37.10.82 - Renée Chauvet : 04.66.37.10.82**



### SPORT DANCE'N FORME

Une nouvelle saison qui s'annonce !!

Angélique, Nicole, Séverine et Guillaume vous attendent aussi bien les petits que les grands pour vous faire transpirer. Voici le tableau avec nos différents cours. Nous vous donnons rendez-vous au forum des associations le 03 Septembre 2022.

Pour plus de renseignements appeler Mme RAGOT Maëva au 06 12 38 20 11.

La reprise des cours aura lieu la semaine du 05 Septembre 2022.

**Contact : Maëva RAGOT  
06.12.38.20.11 ragot901@hotmail.com**

#### LUNDI

19h-20h : Danse contemporain adolescent

20h-21h : Ragga adulte/adolescent

#### MARDI

19h30-20h30 : Pilate

#### MERCREDI

17h15-18h : Contemporain enfants à partir de 4 ans

18h-18h30 : CAF (Cuisses, Abdos, Fessiers)

18h30-19h15 : Step

19h15-20h : Fun dance

#### JEUDI

19h-20h : Pilate



### SPORT SMS

#### DU SPORT !

**3 sections : running, VTT & Vélo de route... La section marche en recherche désespérément de référent...**

- 35 adhérents en 2022 (jusqu'à 66 en 2020)... La covid étant passée par là...

- Des sorties hebdomadaires organisées par chaque section... toujours quelqu'un pour motiver les hésitants...

- Des partenariats avec nos amis de La foulée Meynoise (Association de course à pied à Meynes) qui proposent deux entraînements spécifiques de running ouverts à nos adhérents & avec nos amis du Beaver Trail de Poulx... des rencontres avec les Mouflons de Menton en VTT... On se sert les coudes dans l'effort, même tôt le matin...

- Des projets de courses et randonnées, avec l'organisation du Grand Prix cycliste sernhacois, et également avec les clubs VTT de Lirac, Remoulins, Rochefort, Calvisson, Poulx pour la Traversée du Gard... Et elle est longue...

- Des week-ends de partage sportifs... ici ou ailleurs...

- Des sponsors généreux pour nos tenues... Classe en toutes circonstances...

Et de la convivialité !

- Des événements festifs et conviviaux organisés tout au long de l'année... On garde le rythme...

- Des participations aux animations du village et manifestations des associations sernhacoises... Tous ensemble, tous ensemble...

Alors on vous attend nombreux & nombreuses à pied, en vélo... pour les bonnes résolutions de la rentrée... et nos événements à venir !

**"T'es SMS ou t'es pas SMS !"**

**Pour plus d'infos, se rapprocher des référents de section :**

**Responsable Section Running :**

Pierre Abellan (06 67 63 34 26)

**Responsable Section VTT:**

Lionel Morand (06 60 71 32 75)

**Responsables Section Route :**

Luc Renson (06 82 16 01 08)





### LOISIRS

#### APEAES

L'Association des Parents d'Elèves et Amis de Sernhac, permet grâce à différents événements tout au long de l'année, de récolter des fonds pour aider à financer les projets pédagogiques du groupe scolaire Pierre Couston (piscine, sorties scolaires, intervenants divers)... Halloween, buvette de Noël, chasse aux œufs, fête des écoles font partie des événements organisés par l'APEAES qui rythment l'année scolaire pour les enfants du village.

Le bureau actuel de l'APEAES se compose actuellement de 3 membres :

- Priscilla Lange, présidente
- Marion Valera, trésorière
- Roxane Dronzin, secrétaire

D'une trentaine de familles adhérentes, et de plusieurs membres actifs.

Le bureau, a besoin de se renouveler régulièrement pour permettre aux enfants de continuer à bénéficier d'activités sur le groupe scolaire.

Contact : Priscilla Lange 06.31.17.39.28



### BIEN ÊTRE

#### LES ATELIERS MÈRE'VEILLEUSES

Les Ateliers Mère'Veilleuses est une association d'accompagnement et de soutien en périnatalité et en parentalité. Grâce à des ateliers collectifs, ou individuels son action permet de soutenir le lien d'attachement parents-enfants, de transmettre des informations autour de thèmes divers liés à la petite enfance et créer des espaces d'écoutes sans jugement pour les familles.

Les ateliers sont animés par Priscilla Lange, doula et diplômée en accompagnement éducatif petite enfance, formée aux métiers de l'accompagnement et du lien.

Les ateliers collectifs sont proposés de façon ponctuelles dans le village de Sernhac (initiation massage bébé, portage, éveil musical, café parents, ballades...), les informations sont à retrouver sur le groupe Facebook : Les ateliers périnatalités à Sernhac.

Contact : Priscilla Lange : 06.31.17.39.28 ou [www.lesateliersmereveilleuses.fr](http://www.lesateliersmereveilleuses.fr)



### SPORT

#### LE BUREAU DE CHASSE

##### « AMICALE DE SERNHAC »

La Société de chasse de Sernhac, est l'une des plus ancienne « Association » du village.

Elle fut créée en 1933.

La chasse est une occasion unique de brassage intergénérationnel et sociologique.

La chasse, c'est nettoyer les chemins forestiers, entretenir la forêt pour que le gibier puisse se déplacer et se nourrir. De nos jours, le gibier a tendance à disparaître car il n'a plus rien pour se nourrir, surtout en hiver.

Un monde sans chasse induirait à, l'explosion des dégâts agricoles et forestiers, l'augmentation des collisions routières, le développement des épidémies...

Contrairement à certaines idées reçues, nous (Chasseurs de Sernhac) essayons de partager la nature avec les randonneurs - Vététistes par le dialogue et la courtoisie.

Nous mettons un point d'honneur à la sécurité par la mise en place de « Miradors » pour des tirs sécurisés, le placardage de panneaux « Battue Chasse en cours ».

Membre du bureau de gauche à droite :

- DUMON Damien - Vice - secrétaire
- ROURE Sébastien - Secrétaire
- DURAN Juan (dit Jano) - Vice - trésorier
- GUEIFFIER Gilles - Président
- NAVARRO Jean - François (dit Jeff) - Trésorier

Absent et ne figurant pas sur cette photo : FERNANDEZ Olivier - Vice - président







### CULTURE

#### VALLON D'ESCAUNES A CANTARELLES

- La fête du vallon le samedi 03 septembre : deux concerts sous les feux de Paloma
- La castagnade le dimanche 23 octobre avec du « Renaud » et du « Sarclo » Chanteur du même style qui est souvent passé en première partie de Renaud

Contact : Roland JONQUET - Tél : 06 73 01 66 59



### LOISIRS

#### AAPPMA LE BROCHET REMOULINOIS

C'est une association de pêche regroupant plusieurs villages.

L'an dernier nous avons recensé 605 cartes de pêches à notre association. Notre lieu de pêche privilégié se trouve au Lac de la Valliguière à Remoulins. Sur ce site, aménagé de tables, bancs, barbecues, ponton handicapé, nous proposons plusieurs concours sous le signe de la convivialité (grillades, apéros, lots de pêche). Nous animons également des journées jeunes avec les écoles et les communes. Nous organisons également un concours dont les fonds sont reversés à l'association de la lutte contre la Mucoviscidose. Nous alevinons en carassiers de façon régulière.

Pour rester informé, notre site internet : [www.le-brochet-remoulois.fr](http://www.le-brochet-remoulois.fr)

Contact : Alain DUFOUR - Mail : [zeze.dufour@orange.fr](mailto:zeze.dufour@orange.fr) - Tél : 06.72.29.79.33



### LOISIRS

#### SERNHAC'ART

13<sup>ème</sup> année de l'association, fortes en émotions avec le décès de notre Maître d'atelier Michel Farrugia, une expo en hommage à son immense talent sera prévu courant 2023.

Pour la partie SERNHAC'ART EXPO :

Un grand merci à Elisabeth et Pascal pour l'expo du POULVAREL où nous avons pu orner le caveau de nombreuses toiles.

Le 28 et 29 mai Sernhac'art reprend ses couleurs après 2 ans de Covid . Une belle affluence et des exposants au top

« Un big up » pour LILI

Le 25 juin le Chemin des Arts fait son entrée sur la scène Sernhacoise, ce qui nous aura permis d'embellir notre centre historique, » et oui Sernhac a un centre historique » en partenariat avec la municipalité. Un grand merci à notre mairie pour son aide et son implication dans notre vie associative, autant par ses employés municipaux que par certains élus.

#### Partie atelier

Celui-ci s'étouffe avec en programmation des cours supplémentaires car le nombre d'adhérents ne cesse d'augmenter

#### • COURS ENFANTS à partir d'octobre :

- 8 à 10 ans le mercredi de 14 à 15h  
max 12pers /min 8 pers

- 10/12 ans le mercredi de 15h15 à 17h15  
max 12 pers/mini 8 pers

#### • COURS ADULTES à partir de Septembre

- Le lundi de 18h30 à 20h30  
max 14 pers/ mini 8 pers

- Le jeudi de 18h30 à 20h30  
max 14pers/mini 8 pers

Attention selon le nombre d'adhérent l'association se réserve le droit de changer les horaires