

Éditorial

Le 3^{ème} numéro de notre bulletin poursuit ce projet de tisser une relation plus vivante entre les adhérents de notre association : les sections judo et danse avec un portrait de son animatrice, y sont à l'honneur cette fois.

C'est aussi l'occasion de décrire les temps forts de la vie de la SEP : ce fut le cas pour la journée sur l'environnement du 27 mai avec la participation de bénévoles motivés venus de diverses associations ou structures ; malheureusement le public a manqué à l'appel malgré une information bien diffusée.

J'en profite pour rappeler le rôle du bénévole qui constitue une ressource pour l'action associative dans notre commune. Il permet de nourrir les liens sociaux et contribue à mieux vivre ensemble : à ce titre il doit être reconnu et soutenu, attention à ne pas l'oublier !

Les compétences des bénévoles sont

de plus en plus sollicitées afin de gérer l'association « dans les règles administratives ». La SEP de Fors a mis en place en 2006 le chèque emploi associatif qui apporte une simplification dans la gestion des 6 salariés de l'association. Dans le même temps nous y avons appliqué le principe du paiement au quotient familial pour certaines activités ;

Le gala de fin d'année constitue notre prochain rendez vous : il va rassembler toutes les sections pour mettre en valeur les activités qui se sont déroulées au cours de cette saison 2006.

Souhaitons que ce moment privilégié soit un pur bonheur et qu'il apporte un réel encouragement aux prochains responsables de notre association.

Numéro 3

Dans ce numéro :

<i>Éditorial</i>	1
<i>Une étude sur le bénévolat</i>	1
<i>Découverte d'une activité : le judo</i>	2
<i>Portrait d'un animateur : Valérie Niane Sabut</i>	3
<i>Brèves</i>	3
<i>La journée environnement</i>	4

Étude sur le bénévolat

Réalisée par France Bénévolat et le Centre d'étude et de recherche sur la philanthropie (CerPhi), en coopération avec de nombreux experts, la 3^e édition de *La France bénévole*, vient de paraître.

Même si ses formes évoluent (plus ponctuel, plus volatile), le bénévolat progresse : en 2005, 11 millions de Français auraient donné de leur temps, plus ou moins régulièrement (5 millions de bénévoles réguliers), à une association. Les femmes

sont autant bénévoles que les hommes, mais les responsabilités associatives sont encore loin d'être partagées de façon égalitaire. L'étude aborde notamment les attentes des associations, la question des retraités bénévoles et apporte un éclairage nouveau sur la réalité nationale à partir de l'exemple suisse. www.cerphi.org

Découverte d'une activité : le judo

L'activité judo de la SEP est rattachée au Judo Club Niortais. C'est depuis plus d'une quinzaine d'années que le judo existe à Fors. Le judo est un sport pour tous, garçons et filles, à partir de 6 ans. Une trentaine de judokas suivent les cours. Ils sont assurés par un professeur diplômé.

Après l'échauffement des exercices d'apprentissage de prises de judo sont réalisés sous la surveillance de Dasmane Niambaré.

Depuis l'année dernière, les enfants sont répartis en deux groupes. Les cours ont lieu dans une des nouvelles salles associatives, le lundi ou le jeudi de 18 h30 à 19 h 30. Chaque fin d'année, les parents sont invités à la remise des ceintures.

Pour tous renseignements :

Stella Fleury : 05 49 32 62 98

Valérie Bazireau : 05 49 32 63 13



Les valeurs

Le Judo véhicule des valeurs fondamentales qui s'imbriquent les unes dans les autres pour édifier une formation morale. Le respect de ce code est la condition première, la base de la pratique du Judo.



L'AMITIÉ : « C'est le plus pur des sentiments humains »

LE COURAGE : « C'est faire ce qui est juste »

LA SINCÉRITÉ : « C'est s'exprimer sans déguiser sa pensée »

L'HONNEUR : « C'est être fidèle à la parole donnée »

LA MODESTIE : « C'est parler de soi-même sans orgueil »

LE RESPECT : « Sans respect aucune confiance ne peut naître »

LE CONTRÔLE DE SOI : « C'est savoir se taire lorsque monte la colère »

LA POLITESSE : « C'est le respect d'autrui »

Les valeurs complémentaires : le meilleur emploi de l'énergie
Dans sa pratique le judoka est à la recherche du meilleur emploi de l'énergie physique et mentale. Ce principe suggère l'application à tout problème de la solution la plus pertinente : agir juste au bon moment, utiliser la force et les intentions du partenaire contre lui-même. Il incite à une recherche constante et dynamique de perfection.

Entraide et Prospérité mutuelle : en Judo, les progrès individuels passent par l'entraide et par l'union de notre force et de celle des autres. La présence du partenaire, du groupe est nécessaire et bénéfique à la progression de chacun.

Le grade du judoka est représenté par une triple valeur :

« SHIN », correspondant à la valeur morale,

« GHI », valeur technique,

« TAI », valeur corporelle.

Le « SHIN », cité en premier, donne seul le sens aux deux autres.

L'histoire

En observant les branches chargées de neige et voyant les plus grosses casser sous le poids de l'agresseur naturel et les plus souples s'en débarrasser en pliant, un moine japonais fit le constat suivant : le souple peut vaincre le fort. S'inspirant de cette observation et des techniques de combat des samouraïs, Jigoro Kano posa en 1882 les principes fondateurs d'une nouvelle discipline : le Judo, littéralement « voie de la souplesse ». En proposant un développement physique, moral et spirituel, le Judo permet aux judokas de s'épanouir en harmonie avec eux-mêmes et surtout avec les autres. En France, le judo apparaît dans les années trente, mais il se développe surtout après la deuxième guerre mondiale sous l'impulsion de Maître Kawaishi et de Paul Bonét-Maury, président-fondateur de la Fédération Française de Judo en décembre 1946.

Portrait d'un animateur : Valérie Niane-Sabut

« *La danse, ingénieuse du langage sans mots* »

C'est par cette formule poétique que Valérie exprime la relation particulière qu'elle entretient entre la danse et l'expression corporelle. Car cette jeune femme de quarante ans, née à Tours en 1965, a choisi une conception de la danse : celle qui, à côté du simple regard esthétique, cherche à incarner pour les danseurs les sentiments et les émotions intériorisés.

Valérie a connu son premier contact avec la danse dès l'âge de 6-7 ans ; mais installée avec sa famille dans les Landes avec un père rugbyman, l'environnement familial « l'encourage » à courir dans les stades et à remettre à plus tard sa vocation pour la danse.



C'est en 1985 à l'âge de 20 ans, qu'elle renoue avec le milieu de la danse en intégrant une école de formation dirigée par Walter Niks, un référent et un maître dans la danse de jazz, issue d'un mélange entre des racines et des rythmes africains et une technique occiden-

tales. Cette formation lui a donné les fondamentaux dans cette discipline vis-à-vis de la pureté du style tout en lui laissant une grande liberté pour exprimer sa propre personnalité. Après 4 années de formation, elle passe et réussit le diplôme d'état en candidate libre et grâce à l'appui d'un professeur, Caroline Dudan.

A partir de 1991, et à l'exception de 4 années d'interruption –qui seront un temps consacré à sa 2^{ème} fille- elle va explorer avec éclectisme les nombreuses façons d'aborder la danse, en multipliant les expériences : en tant que formatrice pour l'Institut Médico Educatif ou pour le brevet sportif ou à Geste avec Isabelle Pacher ; en tant que danseuse et chorégraphe dans les troupes telles que : Volubilis, Keep Cool, L2, Hop-la...

« *J'ai eu le bonheur de découvrir de nombreuses techniques de danse, ce qui m'a permis de m'enrichir à travers les différentes sensations que chacune exprime* »

Il faut souligner une rencontre importante dans son parcours : celle avec Jacques Ganos psychomotricien, et Jean Mass, danseur et chorégraphe, qui proposent une pédagogie consistant à un éveil de la sensibilité corporelle. « *C'est une*



formation qui a contribué à approfondir et affiner mon rapport à la danse », dit-elle.

Valérie donne actuellement des cours à Chauray ainsi qu'à St Liguairre, ainsi qu'à la SEP de FORS où elle a commencé en septembre 2004. Une cinquantaine d'enfants suivent avec enthousiasme ses conseils, qu'elle donne à l'un ou à l'autre avec comme objectif d'aider chacun d'eux à trouver et exprimer les sensations avant le résultat.

Cette vision de la danse se retrouve dans son projet avec la compagnie E C E qui va mettre en scène 12 adolescents ayant choisi la danse comme moyen d'expression, «*Une belle aventure* » dit-elle. «*Quoiqu'il en soit, ma danse et ma pédagogie restent liées à mon évolution personnelle, et la route n'est jamais terminée* »

Souhaitons lui en tout cas de faire ce chemin avec les enfants de Fors le plus longtemps possible.

Brèves

Les infos de la commune :

Retrouvez toutes les publications de la SEP et les infos sur la commune sur www.monclocher.com

Le livret des activités :

Un livret des activités sera disponible fin juin auprès des responsables de section et à la mairie. Il compren-

dra toutes les renseignements sur les activités (tarifs, salle, horaire).

Théâtre :

Patrice Massé nous quitte. Nous recherchons donc un professeur de théâtre. Contactez nous si vous avez des idées.

La journée environnement



FORS

