



L'ECHO DU CLUB COEUR & SANTE

de Saint-Brieuc

EDITORIAL



J'espère que vous avez pu profiter du temps exceptionnel que nous avons eu cet été pour vous reposer, vous divertir et faire le plein de vitamines pour cet hiver. Comme l'année dernière, environ 15 à 20 personnes ont participées aux marches d'été.

Les activités gymniques et musculation reprennent toutes à la salle STEREDENN à St-Brieuc

GYMNASTIQUE
Lundi de 11h30 à 12h30
Mardi de 9h30 à 10h30

MUSCULATION
Vendredi de 9h à 10h

Plusieurs évènements sont en cours, vous trouverez les explications des différents sujets abordés dans ce petit journal :

- ♥ Les permanences au centre hospitalier « Yves Le Foll »
- ♥ Journée-rencontre des Clubs
- ♥ Permanences à PAIMPOL

✈ PENSEZ A VOS ENVELOPPES D'INSCRIPTION ✈

BONNE RENTREE A TOUS !!!

Dates à retenir

REUNION DE BUREAU	RENCONTRE INTERCLUBS	ASSEMBLEE GENERALE FFC-BRETAGNE
Mercredi 31/10/2018	Vendredi 09/11/18	Vendredi 30/11/2018
à 18h	Toute la journée	Toute la journée
Chez JACQUELINE	Au CARRE SEVIGNE à CESSON	CH PONTCHAILLOU à RENNES



Jean-Pierre BEGUIGNEAU
12 rue de Guiguihen
22120 - HILLION
02.96.32.25.28
06.45.66.92.55
jpbeguigneau@orange.fr



Michel DANIEL
2, rue Hector Berlioz
22950 - TREGUEUX
06.87.27.90.29
michel.daniel40@sfr.fr



Noël PELOIS
3, impasse J. Prévert
22950 - TREGUEUX
06.83.56.57.32
noel.pelois@orange.fr



Odette MAXIMY
19 rue des Saules
22440 - PLOUFRAGAN
06.15.74.45.06
serge.maximy@sfr.fr

Cotisation annuelle 45 €
assurance et marches incluses

pour la gymnastique et musculation
voir le tableau des tarifs

Règlement par chèque
possibilité de règlement au trimestre

Rejoignez-nous :

si vous avez eu un **accident cardiaque**
ou si vous présentez un **risque important de maladie cardiovasculaire**

Pour adhérer :
une enveloppe d'inscription vous sera remise par la **secrétaire Pierrette GILLETTE**, après 2 séances d'essai.

Responsable de la Publication :

Jean-Pierre BEGUIGNEAU

Apport documentaire :
Robert CATROS

Rédaction et impression :

Pierrette GILLETTE



Retrouvez-nous sur le site internet du Club Cœur et Santé de Saint-Brieuc =>

<http://www.ccsstbrieuc.fr>

PERMANENCE AU CENTRE HOSPITALIER « Yves LE FOLL »

Dans le journal n° 29 de mai 2018, nous vous informions du projet d'une permanence au Centre hospitalier « Yves Le Foll ». Une convention a été établie entre le CH « YLF » et la FFC-Bretagne et est en cours de signature par le Dr PAILLARD.

Le jour de permanence sera le **Vendredi après-midi de 14h à 16h** pour tenir compte des bénévoles volontaires qui ont une activité physique adaptée (Gym) le matin. **INSCRIVEZ-VOUS auprès de Jean-Pierre** pour assurer ces permanences.

Jean-Pierre vous a remis une lettre d'invitation pour une rencontre le 13 septembre 2018 à 17h15 au Centre hospitalier Yves LE FOLL, (*salle des conférences, à Gauche, dans le hall d'entrée, même salle que pour la rencontre avec François PLURIEN*).

La lettre d'invitation était, au premier abord, destinée aux personnes qui ont assuré les permanences à l'hôpital privé de PLERIN, mais si vous souhaitez participer, vous êtes les bienvenus (es).

INSCRIPTIONS 2018-2019

Lors de l'Assemblée Générale le 14 juin 2018, Pierrette vous a remis un dossier avec votre enveloppe d'inscription. Pour les personnes qui n'étaient pas présentes Odette vous a remis ce dossier lors des marches d'été.

Ne tardez pas à rendre le dossier complet auprès de Pierrette, Odette ou Jean-Pierre afin de pouvoir transmettre les demandes d'adhésion au plus tôt à la FFC pour les valider (dont assurance).

JOURNEE-RENCONTRE DES CLUBS

Comme chaque année maintenant une **journée-rencontre des clubs** est organisée à l'initiative d'un Club. Pour la 2^e année consécutive c'est Patrick DERENNES, membre fondateur, animateur et responsable du club de Cesson qui se charge de cet événement qui aura lieu le **09 novembre 2018 toute la journée au CARRE SEVIGNE à CESSON**.



Patrick DERENNES

Lors d'un prochain journal, nous vous donnerons les détails de cette journée qui se veut instructive (conférence à thème), conviviale et festive (marche...). Retenez simplement, dès à présent, cette date.

LES PERMANENCES AU SSR PAIMPOL

Nouvel horaire des permanences au SSR PAIMPOL toujours le JEUDI mais de 11h à 12h

Les permanences ont débuté le 6 septembre dernier (Guy, Joëlle, Marie-Annick), voici le calendrier pour cette saison :

- | | | | |
|---------------------------------|--------------------------|-----------------------------|---------------------|
| ○ jeudi 18 octobre 2018 | Jean-Pierre et Noël | ○ jeudi 4 avril 2019 | André et Françoise |
| ○ jeudi 29 novembre 2018 | Jean-Marc et Joëlle | ○ jeudi 16 mai 2019 | Guy et |
| ○ jeudi 10 janvier 2019 | Michel LR, André, Paul L | ○ jeudi 27 juin 2019 | Michel LR et Robert |
| ○ jeudi 21 février 2019 | Jacqueline et Michel D | | |