

À ne pas manquer!

... en janvier

LUNDI 25 JANVIER 2021 :

Collecte de l'association pour le don de sang bénévole

Si la pandémie de Covid nous occupe l'esprit et nous prive de sortie, elle ne réduit pas, malheureusement, nos besoins en sang. C'est pourquoi nous vous invitons à venir nombreux à notre prochaine collecte le **lundi 25 janvier**, de 14h45 à 18h30, salle du tennis de table à l'Espace Sportif B. Le Godais.

Vous devrez impérativement prendre rendez-vous sur www.mon-rdv-dondesang.efs.sante.fr ou par téléphone au 02.43.66.90.00. D'avance soyez-en remerciés.



Vous pouvez déjà prendre note des prochaines dates pour 2021 :

- Vendredi 26 mars
- Vendredi 21 mai
- Vendredi 16 juillet
- Vendredi 10 septembre
- Lundi 20 novembre

Et aussi

AFLEC

Les conférences thématiques reprennent dès le 27 janvier prochain / P2

USSB FOOTBALL

Témoignages de 3 jeunes dans le cadre du service civique / P5

USSB MUSCULATION/ FITNESS

L'association remet en place des cours en direct via les réseaux sociaux / P6

... en janvier et février

Les randonnées pédestres de l'AFLEC

● **Saint-Berthevin (8.5 km) :**
dimanche 10 et mercredi 20 janvier 2021
RDV à 14h parking des Portes de Coupeau à Saint-Berthevin.

Renseignements :

F. DEFRESNE au 07.70.74.81.31
ou JC. HAUTOIS au 06.52.71.04.31
ou A. GROSBOIS au 06.26.62.75.86

● **Laval Bourny (6 km) :**
dimanche 24 janvier 2021
RDV à 14h parking des Portes de Coupeau à Saint-Berthevin ou 14h30 place de la Commune au Bourny

Renseignements :

P. SILORET au 06.77.50.31.60
ou JM. BRAULT au 06.30.62.58.52
ou L. MARTINEAU au 06.38.89.21.54.



● **Argentré (10 km) :**
dimanche 7 et mercredi 17 février 2021
RDV à 13h30 parking des Portes de Coupeau à Saint-Berthevin ou 14h place de l'Église à Argentré.

Renseignements :

J. DEFFAY au 06.06.48.07.22
ou L. BOUJU au 06.81.14.15.32
ou R. MAHERAULT au 06.47.74.58.04
ou L. DOURDAIN au 06.32.25.29.59

● **Parné (7 km) :**
dimanche 21 février 2021
RDV à 14h parking des Portes de Coupeau à Saint-Berthevin ou 14h30 Salle des Fêtes de Parné.

Renseignements :

L. MARTINEAU au 06.38.89.21.54
ou A. JOUANNIC au 06.12.71.06.18
ou N. TOQUET au 06.32.57.99.46

AFLEC / ASSOCIATION FAMILIALE LOISIRS & CULTURE

Permanences : • mardi : 9h30 - 12h30 • jeudi 16h30 - 18h30 • vendredi : 9h30 - 12h30
Tél : 02.43.69.56.74. Email : aflec@free.fr / Site : www.aflec.fr.



Vœux 2021

*Toute l'équipe du conseil d'administration vous présente
ses vœux les plus chaleureux pour l'année 2021.*

*Malgré un contexte sanitaire difficile, nous vous souhaitons de concrétiser
les projets qui vous tiennent à cœur à titre personnel ou associatif.*

Prenez soin de vous !

Assemblée générale et galette

Notre assemblée générale se déroulera à huis clos dès que possible. Si vous souhaitez vous investir dans l'association, n'hésitez pas à vous faire connaître.

Hélas cette année, nous ne pourrons pas nous retrouver pour partager la traditionnelle galette des rois.



L'AFLEC EN BREF



Conférences

Les séances, animées par M. Barrieu, auront lieu le mercredi de 18h30 à 20h à partir du **27 janvier 2021**.

● **Thème 1 : Bilan économique et social de la crise sanitaire suite au coronavirus**

- **27 janvier 2021** : le bilan chiffré
- **3 février 2021** : le financement de cette crise par l'endettement
- **17 février 2021** : la redéfinition d'un ordre économique mondial post-crise

● **Thème 2 : Les dangers de l'économie marchande**

- **10 mars 2021** : un type d'économie qui ne fonctionne que sur la non prise en compte du coût social de production
- **24 mars 2021** : un type d'économie qui ne fonctionne que sur les dettes laissées aux autres.
- **7 avril 2021** : une autre économie est-elle possible ?

Tarifs :

- les 6 séances : 45€ ou 50€ (hors Saint-Berthevin) + 10€ adhésion AFLEC
- la séance : 9€ ou 10€ (hors Saint-Berthevin). Inscription obligatoire

Contact :

R. GROSBOIS au 06.26.62.75.86
ou **L. PLESSIS** au 06.82.77.14.66

Horticulture

Sous réserve des dispositions gouvernementales, Jean-Paul reconduira ses 2 séances (1 cours théorique - 1 cours pratique) sur la taille des arbres fruitiers fin février début mars (se munir d'un sécateur).

Tarif pour les deux cours : 3 €

Contact et inscription : D. OLLIVIER
au 02.43.68.14.34 ou **JP LOISEAU** au
02.43.69.05.81





LES BALADINS

Avec la comédie « Les hommes préfèrent mentir », les Baladins pensaient préparer une 32^{ème} saison théâtrale. Ils imaginaient retrouver un public fidèle venu s'installer sur les sièges rouges de l'auditorium de l'Espace Culturel Le Reflet. Et déjà, des contacts étaient pris pour jouer sur d'autres communes du territoire.

Mais depuis plusieurs mois, vivre avec un virus impose à tous de repenser son quotidien. Aussi, Les Baladins ont préféré annuler cette saison 2020/2021. Et la Nuit du Théâtre qui pouvait se tenir en mars n'est pas maintenue. Ce n'est pas un rendez-vous manqué mais une pause imposée par un contexte que chacun vit au mieux.

Côté théâtre, les idées ne manquent pas et quand cela sera possible, Les Baladins reprendront le chemin des répétitions pour retrouver une vie associative, le stress des coulisses et le plaisir de la scène.

AMICALE DES RETRAITÉS BERTHEVINOIS

Point sur les activités

- **Les cours de gym** reprendront à partir du 20 janvier si la crise sanitaire le permet, dans la salle de danse de l'Espace Sportif B. Le Godais, le mardi de 10h45 à 12h.
- **La pétanque** : tous les vendredis à partir de 14h, square Wehingen. Ouvert à tous les adhérents.

Nous vous tiendrons informés des futures manifestations dès que ce sera possible.

Renseignements auprès de M. BERTRON au 02.43.68.17.67 ou 07.88.18.91.23.
Pour la gym, contacter C. FOURMOND au 02.43.69.08.68 ou 06.84.93.22.39

*Les membres du bureau
vous présentent
leurs meilleurs vœux
pour l'année 2021
et surtout la santé.*

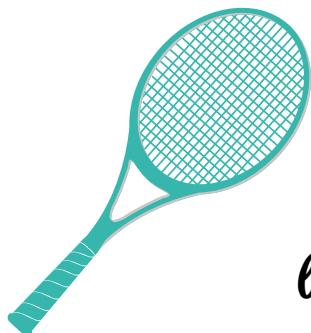
SAINT-BERTHEVIN ACCUEIL

*L'ensemble du conseil d'administration
vous présente ses meilleurs vœux pour 2021.
Qu'elle vous apporte joie, bonheur et santé à tous.
Que cette nouvelle année nous permette
de reprendre nos activités au plus vite, pour le moral de tous.*

Renseignements auprès de S. DEMAS au 02.43.69.09.79



Sports



USSB TENNIS

*Les membres du Bureau
souhaitent à tous les adhérents
ainsi qu'à tous les Berthevinois
leurs meilleurs vœux pour cette année 2021.*

*Souhaitons vivement revenir aux activités normales
dans un environnement plus serein.*

Nous ne manquerons pas d'informer les licenciés sur la marche à suivre en ce début d'année pour la pratique du tennis (École de Tennis - Championnat - Loisirs). Soyons prudents.

USSB TENNIS
Complexe de l'Eglanière
34 Rue Jean Moulin 53940 Saint-Berthevin
Tél. 02.43.26.01.89.
Email : tennis.ussb@orange.fr
Site : www.tennis-saint-berthevin.fr



USSB FOOTBALL

● Album « My Vignette »

L'album « My Vignette » est l'action majeure des 80 ans du club. Chaque licencié, dirigeant et bénévole de l'USSB Football s'est vu remettre son album personnalisé pour la plus grande joie des petits mais aussi des grands. Les vignettes sont disponibles dans différents points de vente du centre-ville de Saint-Berthevin mentionnés dans le livret.

L'USSB Football tient à remercier l'ensemble des partenaires qui ont contribué à ce projet.



● L'USSB Football et le dispositif « service civique »

Depuis près de 5 ans, l'US Saint-Berthevin Football en lien avec la Ligue de l'Enseignement de la Mayenne accueille des volontaires au sein du club pour accompagner le développement de ses activités et de ses projets.

Le service civique est un dispositif qui permet aux jeunes de 16 à 25 ans de s'engager dans une association et de mettre en corrélation un projet personnel et le projet d'une structure relevant de l'intérêt général.

Le service civique favorise l'engagement citoyen, permet de développer des compétences, des connaissances, de se construire un réseau.

Cette année nous accueillons 3 jeunes volontaires pour une durée de 7 mois :



Quentin MARCADE,
18 ans (Changé)

Mission : Accompagnement
à l'animation des séances jeunes
(U7 à U15)



Enzo GIRARD,
20 ans (Laval)

Mission : Accompagnement
à l'animation des séances jeunes
et accompagnement pôle sponsoring



Charly LAVIEVILLE-ARTU,
21 ans (Saint-Berthevin)

Mission : Accompagnement
à l'animation des séances jeunes
et communication

Études suivies ?

Au niveau études, j'ai eu le Brevet des collèges, Bac pro Elec, et je suis actuellement en train de passer mon Bafa.

Pourquoi le service civique ?

J'ai choisi le service civique car je suis un passionné du foot et aussi pour apprendre le métier d'Éducateur Sportif qui compte beaucoup pour moi.

Projet personnel et professionnel ?

Je voudrais rester éducateur sur Saint-Berthevin car j'aime bien la structure et l'ambiance du club qui m'a très bien accueilli. Ensuite, je voudrais être animateur de camping donc toujours au niveau des enfants.

Études suivies ?

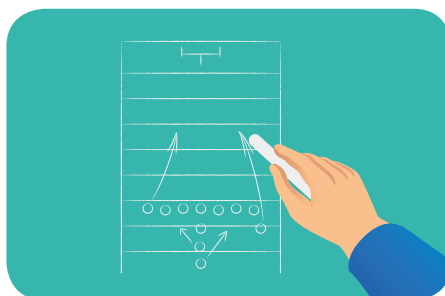
École de sport et management (école Win Sport Laval).

Pourquoi le service civique ?

En rapport avec ma passion et en alternance avec mes études.

Projet personnel et professionnel ?

J'aimerais devenir agent de joueurs ou travailler au sein de la direction d'un club.



Études suivies ?

Je dispose d'un bac+3 dans le domaine du transport (BAC ST2S, BTS transport et prestations logistiques, Bachelor Transport).

Pourquoi le service civique ?

J'étais en recherche d'emploi pour cette année. J'ai saisi l'opportunité de ce service civique. C'était pour moi l'occasion de découvrir les coulisses d'un club de foot, d'avoir un autre regard que celui d'un joueur. Ce sera une nouvelle expérience dans mon parcours professionnel et une réelle plus-value pour mon projet professionnel futur.

Projet personnel et professionnel ?

À la suite de ce contrat civique, j'envisage de poursuivre mes études sur un Master dans le domaine du sport.

L'USSB Football remercie ces jeunes pour leur investissement, ainsi que Gérald Dupré, le tuteur et les bénévoles qui accompagnent les volontaires dans l'exercice de leur mission.

USSB MUSCULATION-FITNESS

Remise en forme, fitness, santé et bien-être



Pour rester proche de ses adhérents et tenter de compenser la nouvelle fermeture de la salle de musculation et des cours de fitness, l'USSB Musculation Fitness a remis en place des cours en direct via ses réseaux sociaux.

Sur ses pages Facebook et Instagram, l'association propose comme lors du premier confinement, de suivre 4 cours collectifs par semaine.

Les cours, dispensés respectivement par les coaches sportifs Jordan HAMEAU et Marion JACCOT, sont réalisés en direct et suivis par les adhérents de chez eux.

Grâce aux réseaux sociaux et à ces cours en direct, coaches et adhérents peuvent maintenir de véritables interactions, notamment en échangeant via les chats des vidéos en direct.

Ces cours ne sont pas ouverts qu'aux adhérents, mais à toutes les personnes qui suivent l'association sur Facebook et Instagram.

Le but : plus que jamais conserver les liens inestimables que le sport crée, ceux du partage, de la solidarité et de la persévérance, dans l'attente d'une réouverture espérée au plus vite.



Les cours proposés :

- **1 cours de Strong**
(cours de renforcement musculaire chorégraphié sur des musiques dynamiques)
le lundi de 18h45 à 19h30 (Jordan HAMEAU)
- **1 cours d'Aérobixe**
(cours rythmé et intense basé sur des mouvements de boxe pied/poing)
le mardi de 18h45 à 19h30 (Jordan HAMEAU)
- **1 cours de Cardio Danse**
(cours chorégraphié dynamique)
le jeudi à 20h30 (Marion JACCOT)
- **1 circuit Hiit**
(répétition d'exercices musculaires avec un minimum de récupération)
proposé chaque week-end (par Jordan HAMEAU).

Contact

USSB TENNIS
Espace Sportif Bernard Le Godais
St Berthevin
ussb.muscufitness@gmail.com
Pages Facebook et Instagram

LES CYCLOS DE SAINT-BERTHEVIN



Les vététistes



Les cyclos

Depuis le 15 décembre, nous sommes de nouveau autorisés à sortir en groupe dans la limite de 6 personnes par groupe et dans le respect du protocole sanitaire en vigueur.

Ce dispositif nous a donc permis de reprendre nos sorties hebdomadaires habituelles, aussi bien en cyclotourisme qu'en VTT. Et comme il n'y a pas de saison pour faire du vélo, nous roulons tout l'hiver dès que les conditions météo le permettent.

Hommes ou femmes, cyclo ou vététistes, dès 14 ans, les Cyclos Saint-Berthevin vous accueille toute l'année pour venir rouler librement avec nous sur quelques sorties et ainsi découvrir la convivialité de notre club (les distances et la difficulté sont adaptées en fonction du niveau de chacun sans esprit de compétition).

Si pour vous, le froid n'est qu'une vue de l'esprit, n'hésitez pas à venir prendre un bol d'air frais et sillonner les routes mayennaises avec nos cyclos les mardi, jeudi, samedi et dimanche.

Si la boue ne vous effraie pas, venez découvrir les nombreux circuits VTT qui s'offrent à nous au départ de Saint-Berthevin chaque dimanche matin (possibilité également en semaine suivant la météo).

Licence à partir de 65 €.

Port du casque obligatoire

Page Facebook : www.facebook.com/CSB53/

Site internet : www.csb53.com

Contact : gouret.eric@orange.fr / Tél. 06.44.14.47.07

USSB PAYS DE LAVAL HANDBALL



Nous, les amateurs de handball à Saint Berthevin !
Interview de 2 membres du bureau.

Que penser de cette année qui s'achève
et quel sera notre demain sportif ?

Jean Noël,
nouvel arrivant dans le bureau

« Cette année est exceptionnelle, étrange, atypique et nous la marquerons comme une anomalie dans la vie de notre club. Nous comptons sur l'engagement constant de chacun pour que le futur se fasse avec un ballon et le maillot de notre club sur les terrains de handball, sport qui est notre passion. Soyons victorieux dans nos prochains matches. »

Bernard,
membre du bureau depuis quelques années

« Nous avons tremblé en mars 2020 avec le 1^{er} confinement. Avec la nouvelle mise à l'arrêt de nos activités lors du 2nd confinement, nos inquiétudes pour le printemps prochain restent prégnantes. Notre plus gros ennemi est la perte du lien social qui se traduit par une désaffection quelque soit les tranches d'âge de nos licenciés et de nos bénévoles. Pour garder une relation de confiance, nous animons notre site par des informations récentes et des portraits de joueurs. Un loto en ligne a été produit début décembre 2020. Clément, notre BP JEPS, est resté présent et a continué à œuvrer pour notre club auprès de différents publics. Nous redoutons également de perdre quelques partenaires locaux qui nous aident au financement de nos activités. Sympathisants et licenciés, privilégiez nos sponsors dans vos achats et soyez nos mécènes. »

Tous les deux avec cœur.

Nous vous souhaitons à toutes et à tous une année 2021 bienheureuse. Nous restons unis et solidaires dans cette crise sanitaire.



#onesttoushandballeurs

CALENDRIER



À noter que ce programme d'animations et de manifestations, qu'elles soient associatives ou municipales, pourra être modifié selon l'évolution de la situation sanitaire.

Janvier

10 janvier	AFLEC - Randonnée à Saint-Berthevin
20 janvier	AFLEC - Randonnée à Saint-Berthevin
22 janvier	Spectacle « Ronce-Rose » - Cie Les Indiscrets (Org. : Ville de Saint-Berthevin) - Le Reflet
24 janvier	AFLEC - Randonnée à Laval Bourny
25 janvier	ASSOCIATION POUR LE DON DE SANG BÉNÉVOLE - Collecte - ESBLG
27 janvier	AFLEC - Conférence « Le bilan chiffré de la crise sanitaire »
30 janvier	Concert dans le cadre de la Folle Journée en Région - Le Reflet

Février

3 février	AFLEC - Conférence « Le financement de la crise sanitaire par l'endettement »
5 et 6 février	Spectacle « Quatre chiens mordent mes pieds et mes mains » - T'Atrium (Org. : Ville de Saint-Berthevin) - Le Reflet
5 fév. au 28 mars	Expo « Nature Humaine » - Catherine Pouplain (Org. : Ville de Saint-Berthevin) - Hall et Médiathèque Le Reflet
7 février	AFLEC - Randonnée à Argentré
9 février	Soirée Slam (Org. : Ville de Saint-Berthevin) - Le Reflet
13 février	Concert aux casques « Oreille Confite » (Org. : Ville de Saint-Berthevin) - Médiathèque Le Reflet
17 février	AFLEC - Randonnée à Argentré
17 février	AFLEC - Conférence « La redéfinition d'un ordre économique mondial post-crise »
21 février	AFLEC - Randonnée à Parné-sur-Roc

* CDR : Centre de Rencontres - Rue du Haut-Bourg

** ESBLG : Espace sportif B. Le Godais - Place Pierre de Coubertin

Le prochain bulletin d'information des associations de Saint-Berthevin paraîtra la première semaine de mars. Merci de faire parvenir vos articles au service Communication **POUR LE JEUDI 11 FÉVRIER 2021, au plus tard**, par mail : service.communication@ville-saint-berthevin.fr ou via votre compte association sur l'Espace Citoyens. Passée cette date, aucun article ne sera pris en compte.