



Bulletin d'informations du Spontaneous Dance Club a.s.b.l.

Siège social : Rue du Quesnoy, 23 - 7604 Braffe

www.spontaneousedanceclub.be

NOVEMBRE
DÉCEMBRE
2019 - N°20

NEWS

T

A

N

E

Le mot du président



Chers amis danseurs,

Lors de la dernière assemblée générale de juin dernier, notre président en fonction, Gilbert Cambier, a estimé qu'après de nombreuses années de présence au sein du conseil d'administration de notre association, il était temps de passer la main.

A l'occasion de la première réunion de C.A. qui a suivi cette assemblée et suite à l'arrivée de nouveaux membres au sein du comité, celui-ci a donc été remanié. Mes amis du C.A. m'ont donc fait l'honneur de me nommer président.

Merci sincèrement aux administrateurs du Spontaneous Dance Club pour la confiance qu'ils m'ont accordée à ce poste. Mais qu'est-ce qu'un président s'il n'est pas entouré de personnes bénévoles et disponibles, elles aussi, pour faire fonctionner un club ? Nous sommes une équipe et je suis persuadé que nous continuerons à faire du bon travail.

Je souhaite maintenant la bienvenue à nos nouveaux membres en leur souhaitant une intégration rapide parmi les anciens. Qu'ils n'hésitent pas à leur demander conseils et renseignements, ils leur répondront avec plaisir.

A ces nouveaux membres, il leur appartient maintenant de participer régulièrement aux cours et aux entraînements. À cette seule condition, ils seront étonnés des progrès qu'ils réaliseront dès la première année.

Chers amis, mon souhait, c'est que chacun d'entre vous se sente bien au club et qu'il désire y rester le plus longtemps possible. Les membres du comité, de la commission des fêtes ainsi que notre professeur, je n'en doute pas, sont à votre écoute.

Pour terminer ce petit mot, les administrateurs et la commission des fêtes se joignent à moi pour vous souhaiter de passer de bonnes fêtes de fin d'année.

*Votre président,
Jean-Claude Vilain.*

Départ de notre président Gilbert CAMBIER

Après de nombreuses années de bons et loyaux services, Gilbert a décidé de mettre les voiles vers une mer au rythme plus tranquille : le repos ! Ce mot fait frémir certains, je le sais, et rêver les autres. Mais je vais vous faire une confidence que m'a révélée notre ami : s'il nous quitte, c'est pour passer encore de beaux jours auprès de son épouse adorée, Nicole. Néanmoins, Gilbert met un pied de côté. Il est donc remplacé par notre ami Jean-Claude.

Une chose est certaine : nul ne pourra remplacer son franc parlé et sa bonne humeur. Qui de nous ne pourra oublier ses nombreuses blagues et ses histoires du célèbre Zef Cafougnette. Mais ne vous inquiétez pas, il m'a assuré de sa présence lors de nos prochains événements festifs.

Gilbert, nous ne t'oublierons pas, et reviens nous voir dès que tu en as envie. Nous te souhaitons bon vent et encore de beaux horizons devant toi.

Votre secrétaire, Yves Labie

AGENDA DES PROCHAINES SOIREEES DANSANTES

01-12-2019	Obourg (Rythme Dance)	Goûter de Noël	à Obourg
31-12-2019	Lillois (Bounty Dance Club)		à Ophain
01-02-2020	Virginal (Haute Senne D.C.)		à Tubize
07-03-2020	Enghien (Le Tourbillon)		à Petit-Enghien
21-03-2020	Lessines-Ath (Club de danses)		à Ath
16-05-2020	Mons (Et si Mons Dansait)		à Flénu

Des précisions sur ces soirées et celles d'autres clubs sont à découvrir sur le flyer édité par l'A.F.C.D. (disponible au club) ou sur le site de notre association: www.afcd.be

En cette période de fêtes, le Conseil d'Administration vous adresse tous ses vœux pour 2020. Il vous souhaite ainsi qu'à ceux qui vous sont chers, une année pleine de joies et de réussites, tant sur le plan personnel et familial que professionnel.



PROPOSITION DE VOYAGE

Lors de notre dernière assemblée générale de juin, certains d'entre vous ont souhaité refaire, comme par le passé, un voyage tous ensemble. Nous avons réfléchi et nous avons quelque chose à vous proposer : un magnifique voyage au Royal Palace à KIRRWILLER (Alsace) avec les voyages Suncars à Tournai et cela les samedi 14 et dimanche 15 novembre 2020. En annexe de ce petit livret vous avez donc la publicité de ce voyage, les conditions et les prix.

Avant de décider quoi que ce soit, nous aimerions faire d'abord un sondage afin de voir combien de personnes seraient intéressées. Nous vous demandons donc votre avis dans le référendum en annexe et vous demandons de nous le rendre aussitôt que possible.

BOITE A SUGGESTIONS

Suite à une demande, nous avons de nouveau une boîte à suggestions à votre disposition. Vous avez donc le loisir d'émettre des idées et de les soumettre au comité qui essaiera dans la mesure du possible d'y répondre.

L'HIVER ARRIVE !

Nous rentrons doucement dans l'hiver avec son lot d'intempéries. Nous vous demandons donc, les jours où vous avez cours ou entraînement, de consulter (dans l'après-midi) vos mails ou SMS afin de vous assurer que ces activités non pas été annulées pour cause de mauvais temps. Merci d'avance.

Votre secrétaire, Yves Labie

A BLOQUER DANS VOTRE AGENDA :

➤ **BAL ANNUEL DU SPONTANEOUS** ◀

en l'Hôtel de Ville de Leuze.

le samedi 25 avril 2020

➤ **ASSEMBLÉE GÉNÉRALE DU CLUB** ◀

La date vous sera communiquée ultérieurement

➤ **BARBECUE ANNUEL DU SPONTANEOUS** ◀

en la Maison de Village à Callenelle

Dimanche 24 mai 2020

Les bienfaits insoupçonnés de la danse sur votre cerveau.

La danse, un sport, un art, c'est en tout cas bon pour la santé, pour le cœur et pour le corps, ça tout le monde le sait.

Mais ce qu'on ignore souvent, ce sont tous les bénéfices de cette activité pour le cerveau. Ces dernières années, plusieurs études se sont penchées sur la question.

Selon une étude du Collège de Médecine A.Einstein de New York, pratiquer la danse diminue le risque d'apparition de démence sénile de 76%. Par ailleurs, en favorisant la prise de décisions rapides (notamment pour des danses de salon), la danse stimule l'acuité mentale. Elle nous rend donc plus intelligent.

Autre bénéfice incroyable, il s'agit d'une très bonne activité pour les malades atteints de Parkinson. Pratiquer le tango deux fois par semaine aide à accélérer la marche et diminuer la raideur des articulations. Par ailleurs, la danse stimule la mémoire car il faut retenir des chorégraphies.

Danser est aussi un bon moyen pour lutter contre les vertiges. Après plusieurs années d'entraînement, des danseuses sont capables de résister aux sensations de vertiges en enchaînant les pirouettes, et ce grâce à un meilleur équilibre de l'oreille interne.

Enfin, la danse moderne serait l'environnement qui réduirait le plus l'anxiété.

Pour bénéficier de tous ces bienfaits, pas besoin d'être danseur étoile. Pratiquer la danse deux à trois fois par semaine, en séance d'une heure environ aura des vertus sur votre cerveau.

De quoi s'approprier les mots de La Fontaine : « Vous chantiez ? Et bien dansez maintenant ».

Extrait du journal "Ultra dance,,.

**Visitez ou re-visitez le site de votre club : www.spontaneousdanceclub.be :
vous y découvrirez les dernières photos, calendrier, articles divers, etc...**

MUTUELLE

Comme chaque année, nous vous rappelons que la danse de salon est considérée comme un sport (elle se nomme d'ailleurs maintenant danse sportive). Nous vous invitons donc à vous renseigner auprès de votre mutuelle, car certaines remboursent en partie votre inscription au club. Les documents sont à remettre à notre président Jean-Claude qui se fera un plaisir de les compléter.

Rentrée 2019-2020

92 : C'est le nombre de membres du Spontaneous Dance Club pour cette nouvelle saison. Chiffre tout à fait satisfaisant avec un bon équilibre dans chaque année de cours. Nous tournons avec une bonne moyenne de danseurs par cours, ce qui est suffisant pour notre professeur fasse du bon boulot.

- En débutants :

Marie-André et André, Bernadette - Michel, Abigaïl et Allan,
Katelyne et Pierre, Cathy et Jean-Philippe, Isabelle et Laurent

- En P1 : Marie-Noëlle Line Dance : Christiane, Isabelle, Sylvanna

Répartition des membres pour les cours 2019-2020 :

Débutants	14	P1	20	P2	26	P3	16
Line Dance	11	Membres sans cours		5			

Souper dansant du 23 novembre à Flines

Arriver dans un nouveau club n'est pas chose aisée et c'est pourquoi nous nous devons d'être attentifs à la bonne intégration de chacun. Pour mon équipe et moi-même, c'est une priorité.

Voilà pourquoi notre souper des débutants est un événement important et nous sommes d'autant plus heureux cette année qu'il a réuni 118 convives. Un succès dû également à l'excellent repas que nous a préparé notre traiteur David Viot et son équipe.

Je ne doute pas un instant que tous ces « nouveaux » se plairont au Spontaneous Dance club et qu'ils trouveront un cadre propice à leur nouvelle activité sportive.

Merci aussi à tous nos bénévoles qui, d'une façon ou d'une autre, ont collaboré à la pleine réussite de cette soirée.

Encore une fois, bienvenue au club !

Yves Labie.

Votre nouveau conseil d'administration 2019





De gauche à droite : Michel, Bernadette, Marie-Andrée, André, Marie-Noëlle, Abigaïl, Allan, Cathy, Jean-Philippe, Katelyne et Pierre.