


JOURNAL INTERNE PIROUETTE



RÉCRÉATIF / COMPÉTITIF VOLUME 4 – Janvier 2023

 Bureau administratif :
418 248-2370 option 1, poste 4786

 www.magnygyim.com

 magnygyim.info@gmail.com

Pour prendre connaissance du plan d'action d'urgence et des différentes politiques du club, consultez notre site Internet.

SECTION « POUR TOUS »

BILLETS DES OIES « Opti-Gym »

Une campagne de financement qui rapporte au-delà de 15 000 \$ annuellement et qui remet pour plus de 5 000 \$ en prix!!! Voilà pourquoi nos billets « Opti-Gym » sont si populaires. Connus dans la région depuis plus de 20 ans, les billets au coût de 2 \$ trouvent preneur assez facilement. Il suffit de penser à les offrir! Vous nous aidez ainsi à conserver des coûts d'inscriptions abordables.

Vous avez reçu des billets à vendre. Il est important de bien lire les consignes sur l'enveloppe et de respecter la date limite pour le retour, soit : le **19 mars** pour les gymnastes du Récréatif le **15 avril** pour celles du Compétitif.

Merci à l'avance pour votre participation à l'effort de financement!

PAS DE RELÂCHE EN GYM !

Tous les cours du secteur Récréatif auront lieu selon l'horaire habituel **même durant la Relâche!** Pour le secteur Compétitif; surveillez vos courriels et/ou groupe Messenger pour les modifications possible à l'horaire des entraînements.

RAPPELS

- **Désinfection des mains** à l'arrivée!
- **Cheveux bien attachés** : **OBLIGATION** de bien attacher les cheveux en tresse ou en chignon pour venir à la Gym.
- **En cas de mauvaise température** : Pour savoir si les cours sont annulés, consultez notre page/groupe Facebook en premier lieu, puis, notre site Web. **Une note spéciale sera ajoutée SEULEMENT si les cours sont annulés.**
À noter : les cours annulés pour cause de tempête de neige ne seront pas repris.
- **Les bottes** : Enfants et parents, merci d'enlever vos bottes **AVANT** d'entrer dans le vestiaire et de **BIEN LES RANGER SUR LE TAPIS** prévu à cet effet **DANS LE CORRIDOR!**

→ **Paiements en argent** : Important de **bien identifier** l'enveloppe ou le sac Ziploc au nom de votre enfant lorsque vous payez en argent. Ça évite les recherches inutiles pour l'administration.

COMPÉTITION de gymnastique à MONTMAGNY

La 2^e sélection des catégories R4, R5 et R6 du circuit régional aura lieu à Montmagny, les 1^{er} et 2 avril prochains! Nous aurons besoin de bénévoles tout au cours du week-end pour différentes tâches. Merci de garder une plage horaire pour nous donner un petit coup de main! Sans vous chers bénévoles, ce genre d'événement n'est pas possible!

Il faudra monter et démonter les équipements dans les 4 gymnases de Casault et la palestre, prévoir des secrétaires de juges, des estafettes, des juges de lignes, des chronométreurs, des annonceurs et des responsables pour le bon déroulement à l'accueil, à la circulation, à la halte-bouffe et aux cérémonies protocolaires de remises de récompenses. Bref, nous aurons besoin d'une centaine de bénévoles! Nous invitons parents, amis et gymnastes à venir se joindre à nous, car les besoins sont grands.

L'installation des équipements se fera le vendredi soir 31 mars; nous aurons besoin « de bras »!

REÇUS ANNÉE 2022

Les reçus couvrant toutes les sessions de l'année 2022 ont été envoyés via courriel. Si vous ne l'avez pas, vérifiez d'abord dans vos courriels indésirables. Sinon, écrivez-nous à magnygyim.info@gmail.com.

Les Relevés 24 pour frais de garde délivrés aux participants au Camp de Jour estival seront acheminés très bientôt.

MERCI À NOS BÉNÉVOLES!

Nous souhaitons remercier nos précieux bénévoles qui nous ont permis d'offrir quelques services de raccompagnement dans les derniers mois et de tenir un bazar de vêtements usagés. Merci aussi à tous ceux qui prennent en charge des dossiers particuliers! Vous faites la différence pour le Club!

CAMPS ET COURS D'ÉTÉ

Nous offrons à nouveau une session d'été cette année! Les informations à ce sujet seront diffusées ultérieurement.

EMBALLAGE MAXI

Cette activité de financement est de retour après quelques années sur pause!

Une grille horaire des besoins en bénévoles vous sera acheminée où vous pourrez choisir une plage horaire qui vous convient.

Plus de bénévoles = Plus de dons au profit du Club!
Vous n'êtes pas en mesure de donner de votre temps ce week-end là? Venez y faire votre épicerie et contribuez à la cagnotte 😊 !

On vous attend les **2, 3, 4 et 5 février** prochains!



MERCI À...

Quelques-uns de nos **COMMANDITAIRES** de la campagne 2022-2023 :

- **IRIS** - Dre Jahel St-Jacques et Dr Patrick Caron, optométristes
- **UNIPRIX** Daniel Lachance, pharmacien
- **PARAGE RANÇOIS GAMACHE**
- Rolland Mathurin inc.
- Groupe Automobile Fréchette Thibault
- La Maison funéraire Laurent Normand
- Rousseau Métal inc.
- Coffrage Appalaches inc.
- Les Planchers Mercier inc.
- Pavage Jirico
- Évalim inc.
- Guy Simard Autos
- Clinique Physiothérapie Roseline Gagnon
- Aliments Mont-Bec inc.

Jetez un coup d'œil au babillard dans le corridor menant à l'entrée de la palestre à Montmagny. Il présente les commanditaires et collaborateurs de l'année en cours et il est régulièrement mis à jour. Sans leur générosité, il nous serait difficile d'être aussi accessibles et de bien vous servir.

RESTEZ INFORMÉS!

Différentes infos sont publiées régulièrement sur le groupe privé **Facebook** destiné aux parents de gymnastes et gymnastes.

Êtes-vous membre? Suivez-nous!

SECTION « RÉCRÉATIF et PETITE-ENFANCE »

RAPPEL AUX PARENTS : En raison de l'espace restreint, par souci d'équité et pour favoriser la concentration des enfants, nous demandons aux parents de ne pas demeurer sur les lieux pendant le cours de leur enfant, à l'exception bien sûr du cours Parent/Enfant à la Petite Enfance.

SECTION « COMPÉTITIF » seulement

CONGÉS OU VOYAGES PRÉVUS?

SVP, nous aviser des absences prévues (voyages, congés, sorties familiales) pour nous aider à bien gérer les horaires des cours. Un bref avis par courriel sera grandement apprécié afin d'offrir un service de qualité. ➡ magnygy.competitif@gmail.com

Principalement pour :

- **La semaine de Relâche** : vendredi 3 mars au lundi 13 mars (le 14 = pédago pour plusieurs gymnastes).
- **La longue fin de semaine de Pâques** : les 7, 8 et 10 avril.
- **Ou** pour toutes autres dates.

ATELIER NUTRITION

Un atelier Nutrition a été présenté le jeudi 12 janvier dernier par la nutritionniste et ancienne gymnaste Sarah Gaumont. Cette activité visait à informer nos gymnastes et leurs parents sur l'importance d'une saine nutrition pour se sentir mieux pendant l'activité physique et être plus performantes.

Un merci spécial au député de Côte-du-Sud MATHIEU RIVEST pour sa contribution financière qui nous a permis d'offrir cette activité à nos athlètes!

GUIDE DE LA GYMNASTE ET DU PARENT ACCOMPAGNATEUR

Nous vous invitons à parcourir attentivement avec votre gymnaste ce document qui vous a été acheminé par courriel récemment. Il s'agit d'un outil très intéressant ayant pour but d'informer, d'instruire, de motiver et de fournir divers outils aux gymnastes de tous les niveaux ainsi qu'à leurs parents, entre autres, pour bien préparer ses entraînements et une compétition. Il saura certainement répondre à vos questions!

PHOTO D'ÉQUIPE 2022-2023

Samedi, 18 mars, à la palestre
12h15

**incluant les R3 et Défi*

Précisions à venir pour la tenue vestimentaire. Aucune reprise ne sera possible. Les gymnastes du Compétitif doivent être présentes à ce moment précis, sinon elles ne seront malheureusement pas sur la photo 😞.

**En plus de tes parents, tes amis(ies) et ton entraîneur, différentes ressources sont à ta disposition si tu as besoin d'accompagnement, d'écoute et d'orientation, ou si tu te sens stressée, anxieuse ou autre...
N'hésite surtout pas à demander de l'aide !**

POUR LA SANTÉ MENTALE	POUR LA VIE
<u>Nouveaux Sentiers de la MRC de L'Islet</u> 418 359-3348	<u>Tel-Aide</u> 1 877-700-2433
<u>Le Trait d'Union Montmagny</u> 418 248-4948	<u>Tel-Jeunes</u> 1 800-263-2266
Sport'Aide 1 833 211-AIDE (2433) /	
SportBienetre.ca	
Info-Social 811	