AISA

ACTUALITÉS AISA JANVIER 2023



LE CARNET DU NEWS

Le bureau de l'AISA

Jean-Baptiste Ertle
Président d'honneur

Marc Jouenne
Président d'honneur

Jean-Claude Mamar
Président fondateur exécutif

Christian Morin
Vice-président

Lance Davies
Trésorier général

Martine Ménégon
Trésorière générale adjointe

Michel Moutet-Fortis
Trésorier général adjoint

Michel Soto
Secrétaire général

Catherine Simonne-Jondot
Secrétaire générale adjointe

Marc Giraudeau
Responsable informatique

Gisèle Lopes
Responsable communication et organisation

Jany Akiki
Daniel Bical
Nathalie Charpentier
Jean-Pierre Gomez
René Lorenzi
Anthony Martin
Vincent Rivoire
Membres actifs

Richard Arbo
Xavier Castello
Représentants AISC

Nouveau site internet de l'AISA www.airbus-staff-associations.org

NOUVEL OUTIL GESTION DES ADHÉRENTS AISA : INFORMATION CNIL

Les informations qui seront recueillies via vos fiches d'inscription font l'objet d'un traitement informatique destiné à alimenter notre fichier des adhérents et est opéré par le secrétariat de l'AISA. Les destinataires des données seront les Présidents, Secrétaires et Trésoriers des sections sportives et culturelles de l'AISA, ainsi que les membres du Bureau de l'AISA. Conformément à la loi « informatique et libertés » du 6 janvier 1978 modifiée en 2004, vous bénéficierez d'un droit d'accès et de rectification aux informations qui vous concernent, que vous pourrez exercer en vous adressant à un de nos chargés d'activités au sein du secrétariat de l'AISA, 8 rue Georges Lequiem à Blagnac. Vous pourrez également, pour des motifs légitimes, vous opposer au traitement des données vous concernant, ce qui aura pour conséquence une non prise en compte du service proposé via cette collecte de données.

Édito

Cher(e)s ami(e)s,

L'ensemble de l'équipe Airbus Staff Associations, Bureau Exécutif, Conseil d'Administration, assistantes et tous nos bénévoles vous adressent à vous et vos proches, leurs vœux les plus chaleureux à l'aube de cette année 2023.

Notre collaboration et votre fidélité sont les clés de notre réussite. Le bon fonctionnement de notre association est le fruit de la volonté de chacun, bénévoles et adhérents. La convivialité, les valeurs associatives dans le respect des personnes et des activités sont les objectifs constants de l'Airbus Staff Associations.

Puissent nos énergies et valeurs conjuguées nous permettre de construire de belles choses ensemble. Que cette nouvelle année déborde de moments de joies et de prospérité ! Qu'elle vous apporte santé, épanouissement personnel et professionnel !

Merci d'avoir parcouru ce chemin à nos côtés, nous reprendrons la route ensemble avec bonheur car toute notre équipe AISA vous prépare une très belle année 2023. Elle continuera de donner le meilleur d'elle-même pour porter tous ses projets, petits et grands, dans des actions soutenues et de qualité : autant humaines que sportives, autant culturelles que solidaires.

Belle et heureuse année 2023 !

Happy New Year

Ein Gutes Neues Jahr

Feliz Ano Nuevo

Felice Anno Nuovo

Amicalement,



Jean-Claude MAMAR
Président Fondateur Exécutif
Airbus Staff Associations

Airbus Staff Associations

Administration

MESSAGE IMPORTANT

Toutes les activités seront organisées sous réserve de respecter les conditions sanitaires en vigueur, et donc soumises à annulation si nécessaire.



Les inscriptions pour la saison 2022-2023 ont débuté le 5 juillet.

Les assistantes du secrétariat de l'AISA sont à votre disposition, tous les jours sauf le mercredi, de 13 h à 17 h, pour vous renseigner sur le fonctionnement et sur les activités des 24 sections que comprend l'AISA. Le montant de l'adhésion est de 20 € par section et par personne.

- Pour les **nouveaux adhérents**, les inscriptions se font au secrétariat de l'AISA. Nous vous demandons de vous munir d'une photo d'identité, d'un certificat médical daté de moins de 3 mois, du mode de règlement (carte bancaire ou chèque), du document d'autorisation photo (modèle disponible sur notre site internet, dans la rubrique « infos pratiques » : *airbus-staff-associations.org*
- Les **renouvellements** d'adhésions 2022-2023, eux, peuvent s'effectuer directement en ligne sur *www.aistaff.fr* via votre compte personnel. N'hésitez pas à nous contacter si vous n'avez pas ou plus connaissance de votre mot de passe. Le renouvellement pour la saison 2022-2023 peut se faire tout au long de l'année. Il sera valable jusqu'au 30 septembre 2023.

Nous vous rappelons que si vous avez un **certificat médical prescrit après le 1er septembre 2020** vous devez télécharger au moment de l'inscription, l'attestation sur l'honneur « Questionnaire de santé ». Le certificat médical, valable 3 ans pour la plupart des sports doit couvrir la saison AISA complète.

Les attestations ou certificats non conformes ne seront pas acceptés. Merci de prendre garde à transmettre les documents exigés et de lire attentivement la procédure d'inscription Adhésion AISA qui a pour vocation de faciliter votre adhésion. Tout dossier incomplet sera placé en liste d'attente et retardera votre validation. Alors soyez attentifs.

Vous trouverez des informations détaillées pour chaque section AISA ainsi que tous les documents (questionnaire de santé « QS-Sport », l'attestation sur l'honneur « Questionnaire de Santé » et certificat médical) nécessaires à l'inscription, sur le site internet de l'AISA :
airbus-staff-associations.org

N'hésitez pas à vous renseigner auprès de notre secrétariat :
account.staff-associations@aisc-airbus.com

Nous vous souhaitons une bonne lecture de ce mensuel,

À bientôt,
L'équipe AISA.

La phrase du mois

« L'optimisme est la qualité première de l'Homme heureux. »

Boulay Quentin

Évènements - Janvier

SECTIONS	DATES	HORAIRES	ÉVÈNEMENTS	LIEUX
Cultural	Lundi 16 et 30	11 h 30 - 13 h 30	Permanence	Salle 21
Well Being	Jeudi 19	12 h 30 - 13 h 30	Permanence	Salle 21

Golf Society.

Compétition en couples : Darby & Joan 2022 sur le golf de Téoula

Tous les ans l'AGS organise une compétition où golfeuses et golfeurs s'inscrivent en couple (officiel ou non). Cette compétition fut jouée pour la première fois en 1998, à la suggestion de Michelle et Mike Barley.
Elle a été reprogrammée chaque année depuis. Les vainqueurs d'une année organisent l'épreuve de l'année suivante.

Ce sont donc naturellement les vainqueurs de 2021, Bettina et Michael Schoenwetter, qui, le 22 octobre 2022, ont organisé le Darby & Joan sur le golf de Téoula.

La compétition a commencé très tôt, si tôt que les joueurs et joueuses ont eu le bonheur de voir des cerfs sur le practice.

Les vainqueurs du jour, Valérie Provendier et Vincent Bouche Tchom Assangalita, ont survolé la compétition avec un score incroyable de 50 points stableford. Vincent a doublé la mise en emportant le « nearest the pin ».



Audrey Roux et Derek Blackham ont terminé deuxièmes avec un excellent score de 44 points, à 6 longueurs des vainqueurs, suivis d'Ewelina Kozolup et Stéphane Lacour avec un non-moins superbe score de 43 points.

Merci à tous ceux qui ont participé à cette belle journée de golf, dans l'atmosphère toujours décontractée du Darby & Joan.
Et merci d'avance à Valérie et Vincent de se préparer à organiser le rendez-vous de 2023 !

Golf Society.

Golf d'Entreprise : belle 2e place à la finale des Interclubs Division 2

La section Golf d'Airbus Staff Association présente deux équipes dans les compétitions du golf d'Entreprise qui s'organisent en deux divisions.

C'est le cas pour les Interclubs, une épreuve où l'équipe 2 de l'AGS est arrivée en tête des qualifications de Midi-Pyrénées et s'est donc alignée pour la finale régionale à la Grande Motte le 8 octobre 2022.

12 équipes au total représentaient leur entreprise :

- Quatre « Midi-Pyrénéennes » : AIRBUS STAFF (AGS) 2 / ASPTT Albi 2 / ASPT Toulouse 2 / COSAT Mairie de Toulouse 2
- Huit « Méditerranéennes » : AGJSEP 34 2 / GOLA / GCDM 2 / ASPPT Montpellier 2 / COLAS / GAZELEC 34 / CSCM / Territoriaux Montpellier

Pour cette finale régionale, les équipes sont composées de 6 joueurs/joueuses, qui jouent selon 4 formules de jeux différentes, en additionnant les scores stableford de chaque formule :

- 1 double Chapman net
- 1 double 4 balles meilleure balle brut
- 1 simple net
- 1 simple brut

Notre équipe était composée du Capitaine Mike Jones, de Martine Ménégon, Elodie Gasc, Satish Patel, Mike Barley et Jean-Marc Rousseau.

Avec un parcours en bon état et une météo plutôt clémente (très peu de vent et seulement quelques gouttes de pluie), l'équipe s'est classée à une très bonne deuxième place, derrière les très affûtés professeurs de sport de l'AGJSEP 34.

Bravo à eux !!



POSITION	ÉQUIPE	POINTS STABLEFORD
1	AGJSEP 34 2	119
2	**AIRBUS STAFF 2**	**111**
3	COLAS	109
4	ASPTT ALBI 2	106
5	GOLA	105

CALENDRIER JANVIER / FÉVRIER / MARS 2023 DE L'AGS

DATE	LIEU	TYPE D'ÉVÉNEMENT
Mardi 17 janvier	La Ramée	Ladies' Day
Mardi 24 janvier	La Ramée	Seniors' Day
Jeudi 26 janvier	Vidéo conférence	AGM
Samedi 28 janvier	Golf de Garonne	Pitch & Putt
Samedi 11 février	Golf de Garonne	Challenge Tour
Jeudi 16 février	La Ramée	Ladies' Day
Samedi 18 février	La Ramée - Compact	Pitch & Putt
Mardi 21 février	La Ramée	Seniors' Day
Samedi 25 février	La Ramée	Airbus Tour
Samedi 4 mars	Golf de Garonne	Pitch & Putt
Mardi 7 mars	Téoula	Ladies' Day
Dimanche 12 mars	La Ramée	League day
Mardi 14 mars	Téoula	Seniors' Day
Samedi 18 mars	Château Barbet	Challenge Tour
Samedi 25 mars	Montauban	Airbus Tour

Squash Society.

En ce début d'année 2023, l'Airbus Squash Society est heureuse de vous souhaiter le meilleur pour vous et vos proches que ce soit avec ou sans la petite balle noire.



2022 a marqué le grand retour de nos activités dans des conditions normales, après les contraintes connues les deux saisons passées. À cet égard, le bureau tient à remercier tout le staff et les bénévoles qui ont accompagné la reprise des entraînements, qui ont participé à l'organisation du tournoi Quarterly, et enfin, qui ont brillamment organisé la 3e édition de notre « Open des Ailes », du 9 au 10 décembre 2022 à Squash and Form.
Tous les participants ont permis de faire de cet événement une grande réussite sportive et conviviale. Bien entendu, nous comptons sur vous l'an prochain pour la 4e édition !



NOS ACTIVITÉS 2023

Profitons de l'occasion pour rappeler aux parents que le squash est accessible pour les enfants à partir de 3 ans avec un équipement approprié (lunettes de protection). L'Airbus Squash Society propose des cours de :

- **Mini-squash** pour les enfants âgés de 3 ans à 6 ans - les mercredis de 14 h à 15 h 30
- **Squash** pour les enfants de plus de 7 ans - les mercredis de 15 h 30 à 17 h 00

Le tarif est de 5 € pour le mini-squash et de 100 € pour l'école des jeunes incluant la licence. Après souscription et une assiduité régulière, le Passeport Squash sera délivré.

Bien sûr les entraînements du mardi soir (adultes tout niveau) animés par Chloé Mesic et Patrick Schuster repartent pour un tour. L'intérêt pour cette formule est grandissant, n'hésitez pas à venir découvrir le squash ou vous perfectionner (une séance découverte offerte).

Pour toute question sur ces activités, vous pouvez contacter : Patrick Schuster (portable 06 23 08 00 23, mail *schuster.olivier@wanadoo.fr*)

Comme le veut la tradition, nous renouvellerons notre week-end/stage à Anyos Park (Andorre), un moment convivial et familial !

Côté compétition inter-entreprises, pas moins de 3 équipes corpo (15 joueurs) défendront nos couleurs dans le championnat de Ligue Occitanie, tentant de décrocher un ticket pour les championnats de France (Juin, à Bordeaux).
L'événement majeur sera sans doute la participation aux Jeux Européens des Sports d'Entreprise au mois de Juin à Bordeaux.

Côté fédéral, les deux équipes « Bruniera » sous la houlette d'Olivier et de François continuent leur bout de chemin avec pour objectif de se maintenir en division 2 régionale. Dans leur poule, des équipes comme Martres-Tolosane, Albi ou encore le TOAC donnent du fil à retordre à nos équipiers.

Une équipe « master » (Christine Vigier, Patrick Badoz, Olivier Cahuzac) ira batailler durement aux prochains championnats de France à Cuers (Var) fin janvier.
Enfin, plusieurs membres de la section se jetteront dans la bataille des championnats individuels vétérans (qualification Occitanie le 11/02 à Portet) pour tenter d'empocher leur billet pour les championnats de France (en Mai à Lille).

Bonne reprise à toutes et tous !



CONTACTS

Pour toute information, n'hésitez pas à contacter l'un des membres du bureau : Olivier Cahuzac (Président), Nabil Tahiri (Vice-président), Philippe Miralles (Secrétaire), François Gerin (Trésorier), Christophe Bizet (Trésorier adjoint).

Ski Society.

Chers amis skieurs et surfeurs,

Les inscriptions à la Ski Society pour la saison 2022-2023 sont ouvertes. Vous trouverez toutes les informations nécessaires à votre (ré)inscription sur le site de l'AISA : *airbus-staff-associations.org*



LE CALENDRIER PRÉVISIONNEL DES SORTIES :

DATE DE SORTIE	TYPE DE SORTIE	LIEU DE SORTIE
Samedi 7 janvier 2023	Journée	Baqueira
Dimanche 8 janvier 2023	Journée 8:00	Bonascre
Week-end 13 - 15 janvier 2023	Week-end 2 : 3 jours/2 nuits	Andorre (Ordino-Arcalis, Pal Arinsal, Granvalira)
Dimanche 15 janvier 2023	Journée	Pas de la Case (Granvalira)
Samedi 21 janvier 2023	Journée	Porté-Puymorens
Week-end 20 - 22 janvier 2023	Week-end 3 : 2 jours/2 nuits	Font-Romeu / La Molina
Samedi 28 janvier 2023	Journée	Cauterets
Week-end 28 - 29 janvier 2023	Week-end 4 : 2 jours/1 nuit	Luz Ardiden - Barèges
28 janvier - 4 février 2023	Semaine	Tignes
Dimanche 5 février 2023	Journée 8:00	Peyragudes
Samedi 11 février 2023	Journée	Piau Engaly
Dimanche 12 février 2023	Journée	Bonascre
Samedi 18 février 2023	Journée	Pas de la Case (Granvalira)
Dimanche 19 février 2023	Pas de sortie	-
Samedi 25 février 2023	Journée	Baqueira
Week-end 24 - 26 février 2023	Week-end 4 : 2 jours/2 nuits	Cerler
Samedi 4 mars 2023	Journée	Porté-Puymorens
Dimanche 5 mars 2023	Journée	Saint-Lary
10 - 14 mars 2023	Week-end alpin	2 Alpes
Dimanche 12 mars 2023	Journée	Peyragudes
Samedi 18 mars 2023	Journée	Super-Bagnères
Dimanche 19 mars 2023	Journée 8:00	Le Mourtis
Samedi 25 mars 2023	Journée	Pas de la Case (Granvalira)
Week-end 24 - 26 mars 2023	Week-end 6 : 2 jours/2 nuits	Pas de la Case (Granvalira)
Dimanche 2 avril 2023	Journée	à confirmer
Samedi 8 avril 2023	Journée	à confirmer

POUR LES WEEK-ENDS, NOTEZ :

DESCRIPTION	DATE	DÉBUT DES INSCRIPTIONS
Week-end 2 : 3 jours en Andorre *Départ vendredi matin*	du 13 au 15 janvier 2023	En cours
Week-end 3 : à Font-Romeu / La Molina *Départ vendredi soir*	du 20 au 22 janvier 2023	En cours
Week-end 4 : à Luz Ardiden / Barèges *Départ samedi matin*	du 28 au 29 janvier 2023	En cours
Semaine à Tignes	du 28 janvier au 4 février 2023	Terminées (inscriptions via l'AISC)
Week-end 5 : à Cerler *Départ le vendredi soir*	du 24 au 26 février 2023	17 janvier 2023
Week-end alpin aux 2 Alpes *Trajets en bus de nuit*	du 10 au 14 mars 2023	En cours
Week-end 6 : à GranValira *Départ vendredi soir*	du 24 au 26 mars 2023	14 février 2023

Des informations relatives à la location de matériel sont disponibles sur le site de la Ski Society : *airbus-staff-associations.org/*

À bientôt sur les pistes,

Le bureau de la Ski Society

Cultural Society.

L'Airbus Cultural Society vous propose de nombreuses activités telles que dessin, sorties théâtre, bibliothèque, peinture, peinture sur porcelaine, cours d'italien et de japonais, scrapbooking, chorale, musique, photo, vidéo ou drones, sans oublier le CAB (Cars and Bikes), des sorties culturelles et gastronomiques avec de vieilles voitures.

De nombreuses informations sont présentes sur notre site internet :
airbus-staff-associations.org/

BIBLIOTHÈQUE

- Elle est ouverte les 1er et 3e lundis du mois, salle 21 de l'AISC (rez-de-chaussée).

La liste des nombreux ouvrages est disponible sur notre site Internet.

CAB (CARS AND BIKES)

Vous aimez les vieilles voitures, vous aimez les sorties conviviales culturelles et gastronomiques, sur une journée ou sur un week-end ?

Votre contact : Gérard :
gerard.delsaut@airbus.com

COURS DE LANGUE

Des cours de langues (italien et japonais) sont proposés. Les Inscriptions sont toujours d'actualité pour la saison 2022 - 2023.
Tous les cours se déroulent de 12 h 15 à 13 h 45.

Japonais : les cours se déroulent au CE le lundi pour les semi-intermédiaires et le mardi pour les débutants.

Italien : pour faux débutants, élémentaires ou intermédiaires, ils sont enseignés le mercredi, jeudi et vendredi toujours au CE.

N'hésitez pas à contacter Sylvia, elle sera ravie de vous communiquer toutes les informations nécessaires (*sylvia.barkate@orange.fr*).

DRONES



Si vous aussi, vous êtes passionnés par les **multi-rotors** ou curieux de les découvrir, venez vite rejoindre l'équipe et partager notre passion !

N'hésitez pas à contacter Pascal pour plus d'infos : *pascal.henry78@sfr.fr*

SCRAPBOOKING

Il est encore possible de s'inscrire aux ateliers de scrapbooking du lundi matin à Tournefeuille de 9 h à 12 h.

Trimestre 1 :

- 9 et 23 janvier
- 6 février
- 6 et 20 mars

Trimestre 2 :

- 3 et 17 avril
- 15 mai
- 5 et 19 juin

Tarif : 120 € les 2 trimestres
(2 chèques de 60 €).

En cas d'indisponibilité le lundi matin, il est possible d'acheter des packs de 5 ateliers (60 €) et de se mettre d'accord avec l'animatrice pour des créneaux différents, en journée ou en soirée.

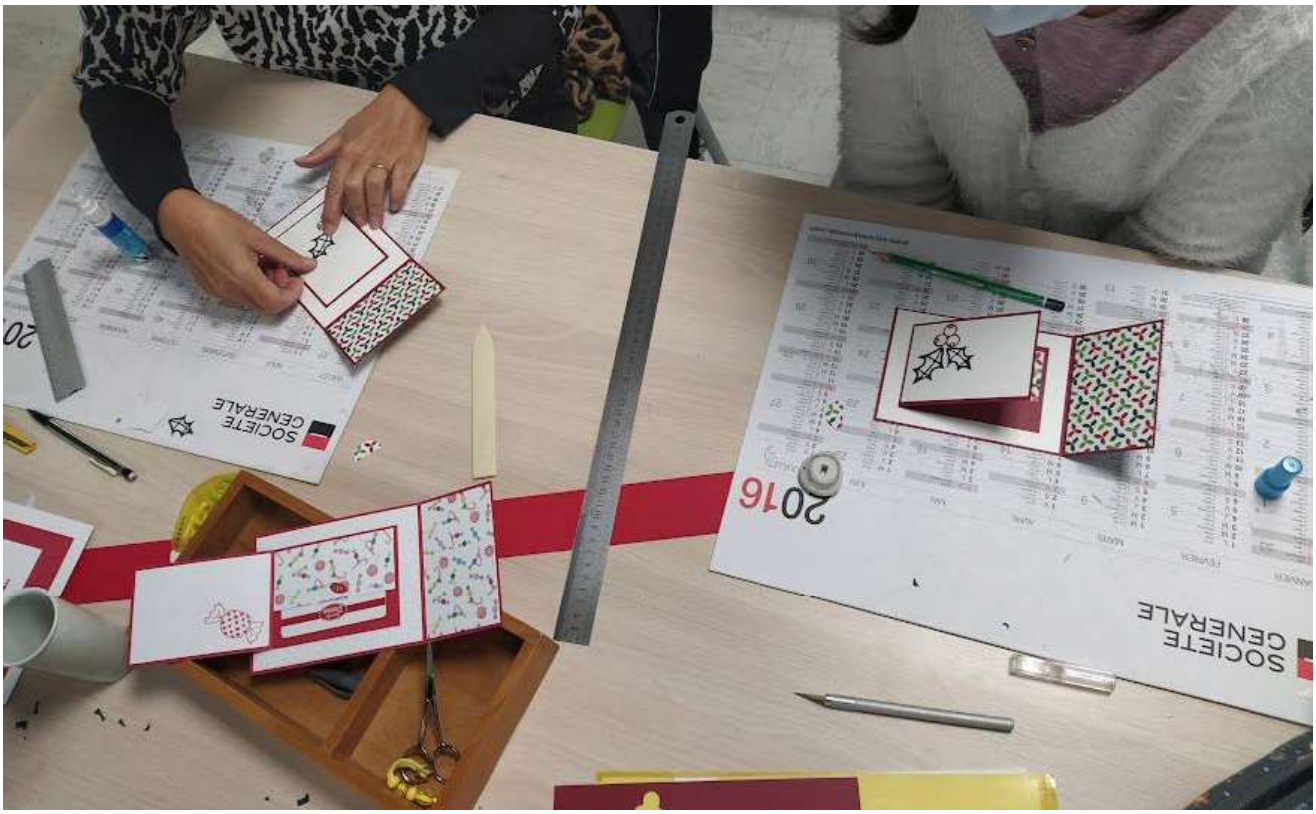
Lors des ateliers vous pouvez faire :

- Du scrapbooking : technique de mise en page et de décoration d'albums photos. Aucune compétence particulière n'est nécessaire. Vos souvenirs sont mis en valeur avec des décorations personnalisées en harmonie avec vos photos (papier, tampon, dessin, craie, encre...).
- De la carterie : faites vous-même vos cartes d'anniversaire, de Noël, invitations, remerciements, faire-part, album...

Notre atelier cartes de Noël pendant la pause de midi dans une salle du CE en novembre a eu du succès et nous pensons organiser d'autres ateliers ponctuels. N'hésitez pas à nous faire des suggestions.

N'attendez plus et rejoignez-nous, notre animatrice Dominique vous guidera avec plaisir. Ce sont des moments de créations dans la bonne humeur.

N'hésitez pas à contacter Sophie :
born.heiko@neuf.fr



PHOTO

Programme des activités pour cette saison 2022 - 2023 :

- Des formations de base, théoriques et pratiques, sur les matériels et les techniques photographiques.
- Des formations plus approfondies, afin de mieux savoir utiliser votre propre matériel mais aussi celui du club (éclairage de studio, initiation à la photo de portrait, de paysage, urbaine, de nuit, minimaliste, abstraite, sportive, artistique, macro, noir et blanc, couleurs, etc.).
- Initiation à l'« utilisation » des photos et à l'organisation d'archives photographiques.
- Initiation à la retouche des photos numériques avec des outils logiciels dédiés (FastStone Image Viewer, PhotoPhiltre, etc.). Cette liste n'est bien sûr pas exhaustive et peut évoluer à la demande des participants.
- Des séances de « travaux pratiques » avec votre matériel et/ou celui du club vous seront proposées régulièrement tout au long de la saison (prévoir ainsi huit samedis, pour des exercices sur sites (ex : photo urbaine, de paysages, animalière, etc.)
- Des expositions photographiques sur les différents sites de restauration Airbus, définies, organisées, réalisées et mises en place avec la Cultural
- Des rencontres photographiques tous les deux mois environ, très riches d'enseignements.

N'hésitez pas à contacter Pierre :
0667569342 - *p.dero@orange.fr*

CHORALE « LA VOIX DES AIRS »

La Voix des Airs recrute

Que vous soyez basse, ténor, alto ou soprano, venez n'hésitez pas :

- Ambiance très conviviale
- Programme classique uniquement
- Pas d'audition pour entrer, juste l'envie de chanter
- La lecture de la musique n'est pas obligatoire

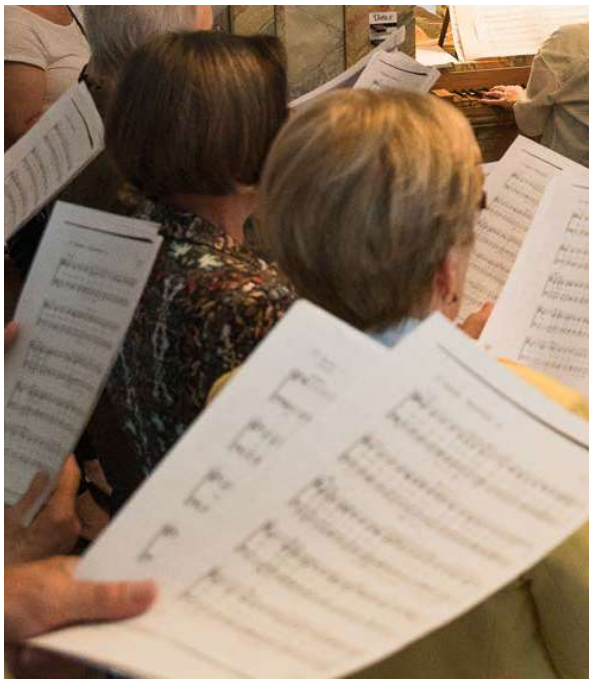
Au programme de la saison 2022 - 2023 :
le Requiem de Cherubini

Répétition hebdomadaire :
le lundi de 12 h 15 à 13 h 45
à la Chapelle St Gabriel

Et un samedi après-midi de temps en temps.

Venez faire une séance d'essai un lundi midi.

Votre Contact - Anne-Gisèle :
agmusy@orange.fr





GROUPE POP-ROCK

Vous aimez le pop-rock ?

Vous souhaitez travailler des morceaux que vous aurez choisis avec un groupe, coaché par un professionnel de la musique ?

Vous avez au moins 1 à 2 ans de pratique d'instrument (que ce soit, guitare, basse, batterie, clavier ou voix) ?

Vous avez envie de répéter en studio et de vous produire en concert?

Alors n'hésitez plus, rejoignez-nous à la Cultural, section Pop-Rock !

Votre Contact : Cathy :
catherine.simonne-jondot@airbus.com

CAB (CARS AND BIKES)

Le CAB, c'est quoi et c'est pour qui?

Notre club est rattaché à l'AISA / Cultural Society. Il est ouvert aux employés et retraités (CE), propriétaires d'un véhicule ancien, youngtimer, de sport ou de prestige.

Notre but est de faire des sorties culturelles et de passer de bons moments conviviaux.

Si vous êtes intéressés, n'hésitez pas à nous rejoindre.

Contact pour les actifs - Gérard :
gerard.delsaut@airbus.com

Contact pour les retraités :
J-François Lasmezas,
jfltlse@aol.com, 06 64 10 05 65
Christian Massol, *acmassol@gmail.com*





Tasting.

Chers amis de la Tasting Society,

Nous espérons que vous avez passé de bonnes fêtes de fin d'années.

Voici les événements prévu pour ce début d'année, toujours à confirmer par email :





14 Janvier	Dégustation de Thé
18 Janvier	Dégustation « Vins du Chili »
27 Janvier	Atelier Cuisine

Voici le planning prévisionnel qui sera confirmé par email :

11 Février	Atelier Dessert
15 Février	Dégustation « Fromages et Vins »
8 Mars	Dégustation « Vins de Limoux »
24 Mars	Atelier Cuisine

En page suivante un petit extrait de l'article pour vous garder dans l'esprit de la Tasting.

Agroforesterie

Pour tout vous dire, la Tasting est en train de préparer son voyage annuel. Et pour ce faire, je suis allé visiter des propriétés qui pourraient nous recevoir. Lors de ces visites, le terme agroforesterie a été employé plusieurs fois. C'est donc un concept qui se développe...

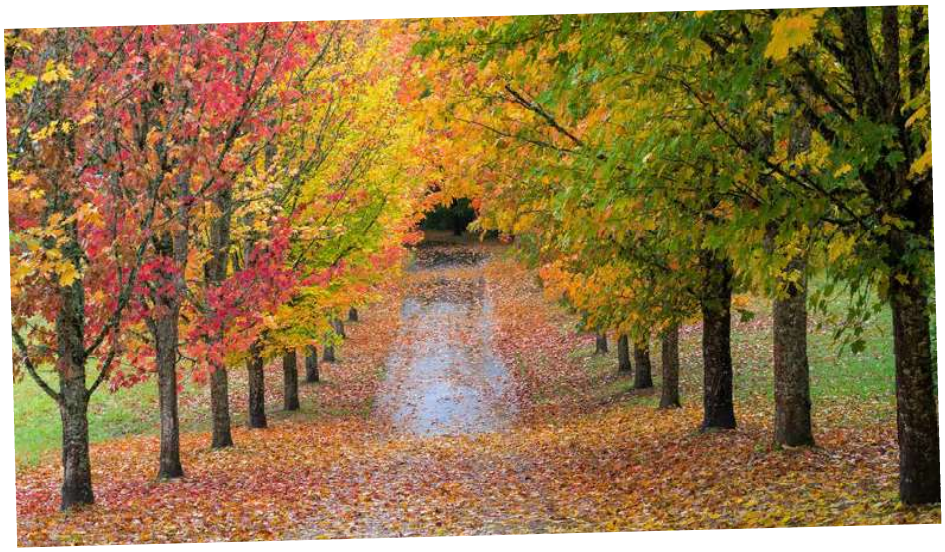
Lors de la préparation d'un voyage dans les terrasses du Larzac entre autres, je me suis souvenu du site d'un domaine viticole que nous avons visité et qui nous a beaucoup marqué : Fons Sanatis www.fons-sanatis.fr/le-feuilleton.html

Le grand-père du propriétaire actuel parle d'un noyer...

Mais qu'est-ce que c'est que l'agroforesterie : ce n'est pas un terme barbare. Les professionnels de l'agriculture et de l'élevage commencent à en parler sérieusement depuis quelques années. L'agroforesterie consiste à utiliser judicieusement des arbres ou des haies pour améliorer l'agriculture. La nature au profit de la nature, un cheminement vertueux qui commence à faire ses preuves.

L'Association Française d'Agroforesterie propose la définition suivante :
« L'agroforesterie est un système dynamique de gestion des ressources naturelles qui intègre des arbres dans les exploitations agricoles et le paysage rural et permet ainsi de diversifier et maintenir la production afin d'améliorer les conditions sociales, économiques et environnementales de l'ensemble des utilisateurs de la terre »

Et alors, qu'est-ce que cela nous donne ?



L'article complet vous intéresse ? Vous le trouvez sur le site de l'AISA section Tasting et pour les membres, dans la Newsletter de décembre. Prenez bien soin de vous. À bientôt.

Contact : *tasting.society@airbus.com*

Le bureau de la Tasting Society

Gym Yoga Society.

JANVIER : LE MOIS DES BONNES RÉSOLUTIONS POUR PRENDRE SOIN DE SOI

Le Bureau AIGS vous invite à commencer la nouvelle année avec une remise en forme active pour booster corps et esprit et maintenir cette forme, dans une ambiance chaleureuse.

Après les fêtes et les bons repas, quelques cours suffiront à nous remettre dans une dynamique sportive remplie de bienveillance et d'entrain.

Il est toujours possible de nous rejoindre aux cours collectifs au B55 et/ou à l'AISC !

En janvier 2023, des créneaux sont ajoutés, pour pouvoir diversifier l'offre, continuer à accueillir de nouveaux adhérents, partager de bons moments ensemble et prendre soin de soi.

<u>Il y en a pour tous les goûts :</u>

- **Gym douce :** réveil matinal, étirements, Pilates ou Balance Form (mélange Pilates /Yoga), Swiss ball
- **Musculation et cardio :** step, Body sculpt et gym dynamique, renforcement musculaire
- **Danse :** fitness dance (exercices cardio et renforcement musculaire souvent chorégraphiés)
- **Yoga :** nombreux créneaux hebdomadaires
- **Espace Cardio & Coaching :** machines de Cardio Training (elliptiques, vélos, tapis de course) + un appareil multipostes de musculation et un secteur aménagé avec du petit matériel (barres avec poids, kettlebells (haltères avec poignée), Swiss balls, steps, etc...) pour effectuer des exercices de renforcement musculaire.



- **Parc Machines** (entraînement individuel) : un coach est présent pour vous conseiller sur les différentes machines, établir un programme personnalisé. Possibilité d'arriver et de partir quand on le souhaite sur le créneau réservé.
- **Cardio Coaching** (entraînement de groupe) : le coach prépare un entraînement du jour (EDJ / WoD).

L'abonnement annuel de 100 € permet la pratique sans distinction de toutes les disciplines de façon quasi quotidienne, et sans limitation en distanciel.

Les 'réservations' sont nécessaires uniquement sur les créneaux de la pause déjeuner. Le matin et en soirée, l'accès est libre pour tous les adhérent(e)s.

Le Bureau AIGS est là pour vous aider dans vos choix, contactez-nous : *gymyoga.society@airbus.com*

À bientôt !

Well Being Society.

Bonjour à toutes et à tous.
Toute l'équipe vous présente ses meilleurs vœux de santé et de bien-être pour l'année 2023.

L'équipe est restée motivée pour vous proposer différentes formules afin de rester « well » : pratiquer régulièrement des activités hebdomadaires et/ou ponctuellement sous forme d'ateliers ou de séances de massages/lumino que vous réservez via notre outil Extraclub.

Un déménagement réalisé :

Nous avons interverti la zone de Well Being du B55 avec la zone des machines utilisée pour le crossfit. Cela devrait vous permettre de mieux profiter de votre séance, sans être dérangé par les cours dynamiques de la Gym. Notre super hôtesse d'accueil Anne-Marie vous guidera.

Une nouvelle masseuse :

Nous sommes ravis d'accueillir Nelly Aussenac qui pratiquera sur des créneaux d'1h, le mardi soir et le vendredi midi, des séances de «Réflexologie cranio-faciale et palmaire» en salle 31 de l'AISC.

Au revoir Sarah, bienvenue Nicole :

Sarah Le Blainvaux nous a quittés fin d'année pour une nouvelle aventure professionnelle et c'est Nicole Vendrie qui prend la relève pour la gestion des plannings de l'activité massages. Réservons-lui le meilleur accueil.

DES NOUVEAUTÉS

SPORT SANTÉ



Le Sport Santé se structure et se développe ! Work in progress !

À partir du mois de février, la section Sport Santé de la Well-being proposera **2 séances d'activités physiques par semaine**. Ludiques, conviviales et progressives ces séances s'adressent à toutes les personnes souhaitant pratiquer une activité physique dans un objectif de remise en forme et de bien-être. Ces séances seront encadrées par un professionnel du sport adapté qui accompagnera et conseillera les pratiquants et effectuera un suivi personnalisé notamment pour les personnes souffrant de pathologies.

Les créneaux de pratique sont en cours de réflexion, nous vous en dirons plus prochainement, merci de votre patience.

D'autres activités ludiques sont organisées sur le campus 3 avec le soutien de nombreuses sections de l'AISA. Pour connaître le programme, n'hésitez pas à contacter Marianne : *marianne.sagot@airbus.com*

BOXE/DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

La «Boxe/développement personnel» a débuté il y a quelques semaines avec des séances animées par Estelle Poulin.

L'activité vise à utiliser les techniques d'arts martiaux et en particulier de boxe pour développer la confiance en soi et affronter des problèmes personnels. Elle est accessible à tous et réunit en moyenne une dizaine de participants lors des séances du jeudi soir de 18h à 19h avec des thèmes variés comme :

- découverte de la boxe thaïlandaise,
- initiation au «Krav Maga»,
- session «dépassement de soi»,
- session *«shadow boxing/combattre son ombre»*
- session «You can do it»...

Une approche via des séances de coaching est également en cours de mise en place et sera proposée aux volontaires intéressés à partir de janvier prochain.

N'hésitez pas à contacter Estelle Poulin pour toute information sur cette activité : *estelle.poulin@airbus.com*

UNE PAUSE POUR LE TAO YIN

Faute de pratiquant, nous avons le regret de stopper l'activité Tao Yin.

Nous remercions Xavier et Alma pour avoir encadré et animé cette activité avec tout leur cœur et motivation.

VOTRE AVIS NOUS INTÉRESSE:

Afin de continuer à progresser, nous préparons **un questionnaire**. Quand il sera disponible, merci de bien vouloir prendre quelques minutes pour y répondre.
C'est votre témoignage qui nous fait grandir.

L'ÉQUIPE WELL BEING RECRUTE:

Si vous souhaitez rejoindre notre équipe, n'hésitez pas à vous signaler auprès de Christian Morin.

Prenez soin de vous.

L'équipe AISA Well Being.

Pour toute question relatives à la Well Being, contactez-nous : aisa.wb@airbus.com

Consulter les détails et les conditions d'adhésion sur: airbus-staff-associations.org

Tous les détails de nos activités sont décrits dans le News de septembre 2022 disponible sur le site AISC, ou disponibles à l'accueil de l'AISA et accessibles sur demande.