

## **EDITORIAL DU 1<sup>ER</sup> FEVRIER 2019**

Et voilà, le mois de janvier est déjà terminé, il a passé très vite....

Les séances d'activité du mois de janvier ont eu un vif succès.

Cathy nous a proposé des séances de Body Zen, pour travailler nos muscles en profondeur. Quelques courbatures après les séances mais ça fait un bien fou.

Pour le mois de février, nous allons vous proposer des séances d'activité tous les samedis matin ou après-midi (les 2, 9, 16, et 23 février) avec soit les séances de Cathy ou de l'aquagym avec Héléne à Moulézan avec toujours la possibilité de mettre en place du covoiturage au départ de Nimes.

Comme les séances avec Cathy sont pratiquement complètes, nous mettons en place 2 groupes qui se suivront (le 1<sup>er</sup> de 9h30 à 10h30 et le second de 10h45 à 11h45). Ce qui permettra d'avoir plus de place pour nos différents exercices.

Némo vous propose également d'autres activités en février.

Un tableau des activités est visible sur le groupe et la page Facebook.

Le 19 janvier a eu lieu à la Polyclinique du Grand Sud à Nimes de 9h00 à 12h00, notre première assemblée générale de Némo.

Merci pour votre présence ce jour-là, nous étions 35 participants avec des intervenants très sympathiques (le docteur Benoit Henault, Madame Dominique Couffrant Sophrologue, Madame Emilie Fumet Diététicienne Hypnothérapeute, Madame Héléne Coronello Coach Aquagym, Madame Cathy Castells Coach Pilates Body Zen, Monsieur Sébastien Fidani notre premier coach lors des activités physiques de Némo).

Nous avons structuré un peu mieux Némo en élisant un conseil d'administration et de nouveaux membres sont rentrés au bureau.

Voici la liste : Fabienne Costa « Présidente », Marc Landragin « Vice-Président », Marie-Christine Zapata « Secrétaire », Agnès Guérin « Trésorière », Miréne Vaschalde « Secrétaire Adjointe », Emmanuel Trani « Trésorier Adjoint ».

Merci à vous pour votre implication et l'aide que vous allez apporter à Némo, pour que notre association continue son petit bout de chemin.

Et surtout à vous tous, pour ce super cadeau que j'ai eu à la fin de cette assemblée, quand j'aurai récupéré la liste complète de tous les participants, je ne manquerai pas de vous remercier individuellement.

Mais j'ai eu plusieurs cadeaux en fait, une très jolie vidéo sur l'histoire de Némo, une danse particulière par un membre de Némo, et ce we en thalasso à la Grande-Motte, pour prendre soin de moi.

Vous m'avez gâté, mais le plus beau cadeau était votre présence à tous, vous voir à notre assemblée, aider Némo comme vous le faites, soutenir Némo, vous impliquer

pour lutter contre cette maladie qui est l'obésité, ça ne peut que nous encourager à continuer nos objectifs au sein de l'association.

Merci.

La journée a continué avec un petit repas tous ensemble, après les efforts, le réconfort, oh oui alors !!!!!

Nous avons eu le plaisir de voir arriver lors de notre repas, les docteurs Emmanuel D'Errico et Jacques Flaisler, qui n'ont pu assister à l'assemblée (réunion importante pour tous les deux ce jour-là).

Ils sont venus nous faire un petit coucou, nous avons été très touchés.

Merci.

Je vais conclure cette lettre info par un passage de ma conclusion lors de l'assemblée générale :

« Certains m'ont dit qu'ils avaient trouvé avec Némó une seconde famille, waouh ! quand on vous dit ça, comment peut-on le prendre ?

Je réponds donc : « je suis vraiment ravie et heureuse que vous avez trouvé avec Némó de l'aide, du soutien, c'était 2 des objectifs lors de la création de Némó, alors je vous dis, tant mieux que vous soyez bien au sein de l'association. Sachez juste une dernière chose, nous allons continuer à vous apporter tout le soutien possible «.

Fabienne et l'équipe de Némó.