

Rapport moral et d'activité 2019/2020 de RVHY



Notre association a vu le jour en mars 2018 grâce aux enseignants de yoga ayant fait la formation sur le yoga sur chaise : « Changer le regard sur la vieillesse et le handicap ».

Cette formation a pour cadre le livre qui est un outil important pour la mise en place des séances de pratique en institution ou dans les villages. Ce livre a vu le jour en 2016 et il ne cesse d'intéresser. De nombreuses personnes le commandent encore, il a donc été nécessaire d'en recommander en insérant le flyer de l'association et deux newsletters. Près de 2000 livres ont été vendus, ce qui doit nous stimuler dans la mise en place de cette pratique en l'enrichissant de nos échanges qui restent essentiels.

C'est pourquoi les lettres de l'association se doivent d'être un lieu de confrontation et d'échanges, fort de l'expérience de la pratique des enseignants. Ceci reste à développer davantage.

La question de former des formateurs afin de répondre à la demande doit trouver réponse, c'est pourquoi les enseignants motivés pour animer cette formation d'une semaine doivent se faire connaître à l'instar de Joëlle et Stéphane qui co-animeront la formation d'août 2020.

Notre association commence à être connue, reconnue, et ceci nous engage d'autant plus dans la responsabilité de continuer non seulement à pratiquer, mais aussi à contacter les associations qui ont un objectif commun sur la vieillesse et le handicap afin de pouvoir organiser des rencontres communes dans l'intérêt des personnes en situation de handicap ou de grand âge.

Et de préciser que la loi relative à l'adaptation de la société au vieillissement a instauré dans chaque département, la mise en place d'un programme de prévention en faveur des personnes âgées et à mobilité réduite. C'est pourquoi RVHY doit être dans une grande ouverture pour la reconnaissance de notre pratique. Il faut donc interpeller non seulement les EHPADs, mais aussi les services d'aide à domicile, les foyers résidence.

Les conseils départementaux (direction de l'autonomie Personnes Agées – Personnes Handicapées) peuvent être une aide dans la mise en place du yoga sur chaise par des réunions communes et des appels à projet. Nous avons pu par exemple à Montélimar participer à un appel à projet pour la mise en place d'un programme sur 2 ans en faveur des personnes atteintes de la maladie de Parkinson en lien avec l'hôpital, il s'agit d'un dispositif relais d'aide aidants aidés parkinsoniens.

Les formations ont commencé en 2014 et rencontrent un vif succès quant à la participation des enseignants demandeurs de cette pratique sur chaise. Cette année, nous avons dû reporter des inscriptions en 2021... !!! Nous avons donc du mal à répondre à toutes les demandes. Il conviendra de préciser que toutes les demandes passent par RVHY afin que l'association puisse gérer les demandes. Jusqu'à maintenant, je gère tout ceci parce que les formations ont commencé en 2014 avant la création de l'association. Toutes les demandes de formation devraient maintenant passer par l'association (les arrhes puis le paiement de la formation).

Nous avons pu en 2019 transmettre la pratique à la demande d'associations de yoga ou d'enseignants ayant effectué la formation :

- Intervention pratique avec stand RVHY à Lille le 11 mai 2019
- Tenue d'un stand au congrès de la Fidhy en Ardèche du 8 au 10 juin 2019
- Intervention à un rassemblement à Collioure sur l'Inde les 22 et 23 juin 2019
- Participation au festival Yoga du Monde avec l'aide de Ghislaine aux Sables d'Olonne yoga du 30 août au 2 septembre 2019
- Journée à l'école IFY de Lyon en septembre 2019
- Intervention pratique dans une maison de retraite à Paray le Monial, organisée par Janine le 07 octobre 2019
- Participation pour la semaine bleue dans les hautes Alpes à Briançon, La Roche de Rame et Guillestre- octobre 2019
- Journée Yoga à Pagnoz dans le Jura avec des adeptes et des enseignants de yoga le 30 novembre 2019
- Participation avec l'agence régionale de santé et France Parkinson à des ateliers mensuels
- Journée à l'école de yoga André Van Lysebeth le 05 janvier 2020

Sans compter les initiatives locales ou régionales que vous avez pu organiser à Lille, Marseille et Paris (Fidhy)

Les formations à la pratique du yoga sur chaise se sont déroulées en Drôme en avril et en août (40 stagiaires) et en Dordogne (13)

Ces formations posent le problème de la transmission que nous avons déjà évoqué et qui devrait se matérialiser en 2020 par la présence de Joëlle et Stéphane à la formation d'août. Transmettre pendant une semaine n'est pas évident, c'est la raison pour laquelle des séances simples sur tapis ont vu et verront le jour dans la revue Infos yoga suivies de séances sur chaises avec des précisions anatomiques.

Si d'autres enseignants veulent se joindre à cette aventure de la transmission, qu'ils se fassent connaître.

Le site géré par Tiphaine doit être mis en valeur par des articles qui pourraient venir des participants à la pratique et des adhérents (enseignants ou non). Peut-être que Stéphane compte tenu de ses compétences peut aider Tiphaine.

Pour 2020 :

Les formations sont complètes sauf en Dordogne .

Envisager des formations par région devrait être notre préoccupation.

- Une intervention est prévue sur une journée en Picardie le 17 mai [Annulée COVID](#)
- Des ateliers de pratique douce sur tapis auront lieu à Die et seront réservés aux pratiquants de yoga sur chaise en avril et juin [Annulées COVID](#)
- Participation de 2 journées au stage d'été de l'école de yoga André Van Lysebeth les 6 et 7 juillet
- Participation sous forme d'ateliers au festival « Yoga du monde » aux Sables d'Olonne du 28 au 31 août [Annulée COVID](#)

- Journée d'initiation à l'école IFY de Lyon le samedi 26 septembre
- WE d'initiation à Toulouse les 10 et 11 octobre
- Journée à Besançon le 18 octobre
- Atelier RVHY au 40ème anniversaire de la Fidhy, avec en principe pour 2021, une post-formation Yoga sur chaise les 21 et 22 novembre
- WE à Rennes organisé par yoga pour tous, les 5 et 6 décembre
- RVHY sera présente le 09 décembre à Nancy pour le diplôme universitaire de yoga avec une participation prévue sur toute l'année 2020/2021

Ce que je souhaite :

- Que RVHY continue son cheminement en transmettant et en restant relié pour que son extension soit solide et durable
- Que les enseignants ou les adhérents non enseignants puissent continuer à proposer des initiatives
- Que le site puisse permettre un échange interactif et que le conseil d'administration se révèle efficace avec des rencontres en ligne.
- Que chacun continue à œuvrer sur le plan local
- Que l'ouverture dans le monde du yoga puisse se poursuivre et s'étendre, ceci implique des moyens de communication qui ne sont pas si faciles pour notre jeune association

Remerciements :

- A toutes celles et ceux qui diffusent l'information sur cette pratique, et qui contribuent ainsi à la pérennité de celle-ci
- A toutes les enseignantes et enseignants engagés dans cette pratique
- A tous les pratiquants de yoga sur chaise sans qui cette pratique serait vaine

Vivre en pleine conscience nous protège et nous aide à aller dans la direction de la paix. Avec le soutien d'amis dans la pratique, la paix sera possible, d'où l'importance d'être connecté. Car la vie est fragile, à l'image de la rosée délicatement suspendue aux herbes, en gouttes de cristal qu'emporte la première brise du matin.

Notre voyage spirituel est une quête d'amour. L'amour est mystérieux. Nous ne savons pas ce que c'est, mais nous savons quand il est présent. Aimer au passé n'est que souvenir, aimer au futur n'est qu'imagination. Le seul lieu où l'on peut trouver l'amour, où l'on peut trouver l'intimité et l'éveil, c'est le présent. Et ce présent est un véritable cadeau.

Vivons notre cheminement avec cœur.

Au plaisir de se retrouver,

Jeannot,

A Marignac, le 10 septembre 2020