



Association loi 1901 - 63240 Le Mont Dore
Portable : 06.08.85.44.71 - Email : t.air.aventure@orange.fr
Site : <http://tairaventure.jimdofree.com>

Journal des T'Airiens

Janvier 2024



Nouvelle Année



Sports de neige



Infos



Nouvelle Année :

"Le secret du changement consiste à concentrer son énergie pour créer du nouveau, et non pas pour se battre contre l'ancien." - Dan Millman

C'est une invitation à se concentrer sur les opportunités qui se présentent à nous plutôt que de se focaliser sur les obstacles. Il nous rappelle que le changement est une force positive qui peut nous aider à grandir et à nous épanouir.

Le courage... même quand la vie se fait plus difficile, de trouver en soi la force de croire au plus beau...

Je vous souhaite une excellente année !



Sports de neige :

En décembre les membres de la Commission Nationale Sportive des Sports de Neige, ont participé au stage Formateurs Raquettes. Ce stage mis en place avec trois membres de la CNS dont Jean-François faisait partie, a permis d'inaugurer la formation BFA et BFE (Brevet Fédéral animateur et Educateur) Balade Hivernale. Certains ont terminé le stage en repartant avec le statut de formateur.

Lors de ce week-end, différentes épreuves les attendaient :

- *De la marche sur différents terrains,*
- *De l'orientation*
- *Un atelier DVA (DéTECTEUR de Victimes d'Avalanche)*
- *Des questions sur l'équipement et comment bien préparer sa randonnée*
-

Nous espérons que cette année, l'ensemble des animateurs pourront encadrer dans les associations des sorties en raquette afin de faire découvrir aux adhérents une activité pleine de charme...



Infos :

La vie nous amène des épreuves plus ou moins difficiles. Ces épreuves occasionnent des souffrances, physiques ou psychologiques, qui remettent en question notre mode habituel de pensée ou de vie. Ce questionnement et la réflexion intérieure que nous menons nous permettent de comprendre de nouvelles leçons de vie. Grâce à ces leçons de vie, nous pouvons évoluer en améliorant nos comportements ou notre façon de voir les choses de la vie. Il est donc essentiel de se poser les bonnes questions quand nous vivons une épreuve.

**Associativement
Jean-François & Astrid**

