

Chères et chers membres,

C'était le 13 mars. Votre Comité a dû se résoudre d'annuler toutes les activités de l'association.

Plus de rencontres de manière présentielle, plus d'échanges, plus d'excursions et pas de tenue de notre assemblée générale. Ce fut une grande déception pour nous toutes et tous ! Notre population de seniors a été invitée à se retirer de la vie active, à s'isoler pour se protéger. Le temps est comme devenu suspendu !

Un élan de solidarité s'est mis en place grâce aux différentes actions proposées par nos Communes. Certains ont commencé à suivre des cours en ligne, transmis par internet, sur les réseaux sociaux ou encore sur les chaînes de télévision. C'est une nouvelle manière de fonctionner qui ne remplace évidemment pas les liens sociaux que nous nous réjouissons de pouvoir renouer.

Depuis le 11 mai, certaines consignes ont été adaptées par l'Office fédéral de la santé publique (OFSP). Il nous est possible de nous mouvoir plus librement tout en respectant les normes d'hygiène et de comportement préconisées. Il est bon de reprendre un rythme de vie normal et d'aller s'aérer à l'extérieur, mais le concept 65+ n'est malheureusement pas encore modifié !

Les consignes de sécurité nous obligent à nous éloigner physiquement les uns des autres mais elles ne nous obligent pas pour autant de nous oublier. Gardons des contacts par téléphone ou par écrit avec nos amis, nos familles, nos voisins.

Pour le moment, il est difficile de se projeter dans le futur et nous ne pouvons pas vous donner de plus amples informations sur la reprise de nos activités, ni sur le maintien ou non de notre voyage de 3 jours prévu en septembre. **Le Comité suivra l'évolution de la crise et fera un point de situation d'ici au 15 août.** Notre priorité reste avant tout, la santé et la sécurité de toutes les personnes qui évoluent au sein du Coteau.

Nous vous remercions vivement de votre compréhension et nous gardons bon espoir de nous retrouver, nous l'espérons, sous de meilleurs auspices au mois de septembre.

Continuer à prendre bien soin de vous et de vos proches.

Cordialement,  
Le Comité du Coteau

#### ACTIVITES DU COTEAU EN LIGNE

##### TAIJI / QI GONG

Philippe Claus transmet des cours en ligne au moyen de la plateforme Zoom (durée 1h).

Les membres du cours reçoivent par courriel les liens hebdomadaires et ont la possibilité de se connecter à tous les cours planifiés.

Informations sur le site internet : [www.arteternel.ch](http://www.arteternel.ch)

ou par courriel auprès de Francine Stroele : [franc.jom@bluewin.ch](mailto:franc.jom@bluewin.ch)

##### SOPHROLOGIE

Gaëtan Durand donne des séances de sophrologie par Skype (durée 30') ouvertes à tous les membres.

Informations sur le site internet : [www.gaetansophrocoachdevie.com](http://www.gaetansophrocoachdevie.com)

ou par courriel : [gaetan.sophro.coachdevie@gmail.com](mailto:gaetan.sophro.coachdevie@gmail.com)