



Liberté • Égalité • Fraternité

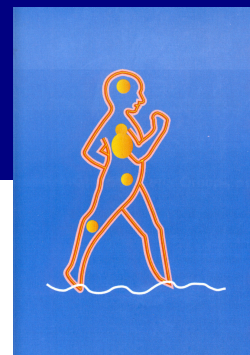
RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

Direction Régionale et Départementale
de la Jeunesse et des Sports
d'Auvergne

N°8

Juin 2007

LA CHARTE EN MOUVEMENT



EDITORIAL

Avec l'arrivée de l'été nous pensons tous aux précautions à prendre pour lutter contre les inconvénients et problèmes soulevés par cette belle saison : la chaleur. S'hydrater, fermer les volets, profiter des moments de fraîcheur en fin de journée ou tôt dans la matinée... des petits gestes rudimentaires qui peuvent éviter bien des déboires aux plus âgés. Si la journée de Pentecôte travaillée est un geste de solidarité envers nos aînés, nous ne pouvons nous en contenter.

Lorsque je rencontre les associations, la remarque m'est souvent faite que le prix à payer pour une année d'activité physique est trop élevé, que les seniors cesseraient de pratiquer s'ils devaient prendre en charge l'intégralité des coûts que représentent l'animation d'une séance et le déplacement de l'animateur.

Pourtant il y a bien des sections où ça marche, où les clubs sont totalement autonomes et assument parfaitement la mise en place de l'activité. Et les revenus des adhérents ne sont cependant pas plus enviables qu'ailleurs. Seulement, il y a une prise de conscience de l'enjeu, de l'intérêt pour sa santé et parfois même un effort de solidarité entre les membres adhérents.

Que dire aussi de cet argument souvent soulevé qu'une licence prise auprès des fédérations sportives n'apporte rien au club qui s'y fédère. Si la question de l'assurance des pratiquants n'est pas le seul argument à considérer (ni sans doute le premier par ordre d'importance), il me semble que l'on omet de considérer le travail de recherche, de formation, de coordination, de promotion des Activités Physiques Adaptées aux Personnes Agées, mené par les fédérations sportives qui oeuvrent sur notre région et qui doivent être considérés. Sans elles, pas de moniteur brevetés, pas de recherche sur les contenus de séance, les exercices à préconiser et ceux, au contraire, à éviter. Tout cela a un coût.

A ne regarder que nos propres intérêts nous savons bien que notre société ne pourra bientôt plus avancer. Alors faisons un effort de solidarité.

Isabelle Gironnet
DRDJS Auvergne

Dans ce numéro :

- La naissance des ateliers équilibre à Montluçon P 2
- La semaine du Sport & Santé..... P 3
- Les Brèves P 4
- Comment clôturer une année d'activités en pleine forme ?

Directeur de la publication :

Yannick Barillet, Directeur Régional et Départemental de la Jeunesse et des Sports d'Auvergne

Rédactrice en chef :

Isabelle Gironnet, DRDJS

Secrétaire de rédaction :

Cécile Maubert, CROS Auvergne

Comité de rédaction :

- Michel Sennepin, DDJS 03
- André Jancou, DDJS 15
- Thierry Mourier, DDJS 43
- Delphine Bastard, CLIC d'Issoire
- Emilie Delzor, CLIC de Riom
- Jacques Fassier, CODERS 03
- Marie Heckmann, Coreg EPGV
- Hélène Cauvin, Comité Régional UFOLEP

Publication :

CROS Auvergne

LA NAISSANCE DES ATELIERS EQUILIBRE A MONTLUÇON

Le **Centre local d'Information et de Coordination (CLIC)** de la vallée de Montluçon et du Cher a été invité, par la **Direction Régionale et Départementale de la jeunesse et des Sports (DRDJS)**, en décembre 2005 à participer à un groupe de travail dont l'objectif était de « nous informer mutuellement afin de créer un réseau et d'envisager un partenariat de futures actions ».

La Directrice, Mme BELICOT a rencontré lors d'un rendez-vous la Présidente du **Comité Régional d'Education Physique et de la Gymnastique Volontaire (CoReg EPGV)** qui nous a convaincues de la nécessité de mettre en place des ateliers équilibre. En effet, il s'agissait pour le CLIC d'organiser des actions collectives qui semblaient répondre à la demande des personnes, à savoir : exercer une activité physique pour prévenir les risques liés à l'âge

Ce fut également l'occasion de créer un véritable partenariat avec le CoReg EPGV, la **Caisse Régionale d'Assurance Maladie (CRAM)** et le **service retraités de la mairie de MONTLUÇON**.

La mise en place de cette action a nécessité plusieurs étapes où se sont fortement appliquées Mesdames Sandrine TEISSEDE et DARQUIER (travailleurs sociaux). En premier lieu, le CLIC a beaucoup travaillé avec le service retraités de la mairie pour faire connaître le projet aux personnes âgées de plus de 55 ans vivant à Montluçon.

Une réunion d'information a eu lieu en juin 2006 et a attiré un grand nombre de personne, à notre surprise. La présentation faite par la Présidente et l'animatrice a suscité une forte motivation des personnes, si bien que presque toutes les personnes présentes se sont inscrites. Par conséquent, trois ateliers équilibre pouvaient se mettre en place de suite.

Dans l'immédiat, nous avons pu assurer la mise en place d'un atelier équilibre en inscrivant les autres personnes sur liste d'attente. Ce premier atelier s'est déroulé du 13 septembre au 29 novembre 2006, à raison d'une séance de 1h par semaine, dans une salle prêtée par la mairie de Montluçon. Cet atelier s'est bien déroulé grâce, notamment, aux contacts réguliers entre l'animatrice et le CLIC. Durant cette période, nous avons également mis en place les 2 séances d'information animées par la CRAM.

La satisfaction des personnes a pu être recueilli grâce à un questionnaire élaboré par le CLIC et ont fait ressortir le désir d'une activité physique régulière et pérenne.

Deux autres ateliers se sont déroulé du 12 janvier au 22 mars 2007 avec le même engouement et les mêmes demandes de prolongement de leurs bienfaits par une activité régulière.

Et notre liste d'attente ne cesse de s'agrandir grâce au « bouche-à-oreille »...

Melle TEISSEDE
CLIC de Montluçon

LA SEMAINE DU SPORT & SANTE

Un autre moyen de communiquer, de mettre en avant et d'associer le Sport & la Santé.

La semaine du Sport & Santé en Haute Loire est à l'initiative de la DDJS de Haute Loire en collaboration avec certains comités sportifs.

Nous allons proposer par l'intermédiaire du quotidien « L'Eveil », une information quotidienne sur les bienfaits du sport au regard de la santé en direction de trois publics : les personnes âgées, les sédentaires et les personnes en situation de handicap.

Ce projet consiste à faire paraître chaque jour du Lundi 18 juin au Samedi 23 juin 2007, une pleine page d'information et d'articles offrant un panel d'activités physiques et de spécialités sportives adaptées aux publics identifiés.

Chaque proposition faite par des comités sportifs renverra les usagers vers des associations, pour une pratique encadrée par des professionnels et pour une protection de la santé des sportifs passant par l'application de la loi concernant l'aptitude à la pratique et le suivi de l'entraînement.

En bas de chaque page : un bandeau afin de communiquer sur une grande journée sportive « Le Sport & Puy l'Envie », le samedi 03 juin 2007 et qui reprend en partie les activités choisies pour la semaine du Sport & Santé.

Cette semaine d'information sera de nouveau réalisée du 10 au 15 septembre 2007 avec d'autres thèmes, cette date permettant de coller au mieux avec la reprise d'activité des associations.

Liste des articles prévus :

- Lundi 18 juin 2007 :
 - La prévention du capital santé par le sport - Hervé JOSSERON, Directeur Départemental de la Jeunesse et des Sports
 - Gymnastique volontaire 43 - CODEP 43
 - Le Tir à l'arc : un dos et des abdos sculptés - Comité Départemental du Tir à l'Arc
- Mardi 19 juin 2007 :
 - Les bienfaits de l'activité physique - Didier BRIAT, Médecin Inspecteur Départemental
- Mercredi 20 Juin 2007 :
 - Fédération multisports attachée à un mouvement d'éducation : La ligue de l'enseignement - UFOLEP.
 - Velay Athlétisme - Athlé 43 & Velay Athlétisme.
- Jeudi 21 juin 2007 :
 - Cœur et randonnée - Docteur Eric BOSCH, Commission médicale de la F.F.Randonnée
 - Comité Départemental de la randonnée Pédestre de Haute-Loire
- Vendredi 22 Juin 2007 :
 - Tai Chi Chuan, la gymnastique des gens heureux.
 - Santé et Sport, une logique au service de tous.
- Samedi 23 juin 2007 :
 - Cahier détachable reprenant l'ensemble des articles parus durant la semaine.

Thierry Mourier
DDJS Haute-Loire

LES BREVES

COMMENT CLOTURER UNE ANNEE D'ACTIVITES EN PLEINE FORME ?



ENIMIE : UN TEMPS FORT POUR LES ADHERENTS DE L'EPMM-SPORT POUR TOUS

Le Comité Régional EPMM – Sports pour tous Auvergne a organisé, en direction de son public le plus âgé, un séjour sportif à Sainte-Enimie (48) au centre national de pleine nature de cette fédération. Ces pratiquants, âgés de 60 à 86 ans, ont pu pratiquer du 16 au 20 Avril dernier de nombreuses activités physiques adaptées dans le cadre impressionnant des Gorges du Tarn. Ce séjour, s'adressait aux licenciés ayant suivi un programme de prévention des chutes au sein des associations EPMM - Sports pour tous de la région, et plus notamment du secteur de Montluçon et Montmarault. Ainsi plus de 60 personnes ont pu prendre part à ce séjour riche en activités, mais également, riche en culture, découvertes et rencontres.



Au programme, gymnastique d'entretien et d'expression, activités de pleine nature, préconisation de pratiques physiques, programme PIED et prévention des effets du vieillissement, stimulation cognitive... Bref, un programme riche pour les pratiquants ainsi que pour les 3 animateurs, Annick FERRIERE, Mallory GLOMAUD et Marie-Chantal RENOUX, qui sont repartis comblés et se donnent dès à présent rendez vous pour l'année prochaine.

Pierre Vazeilles
CTS EPMM – Sport pour tous

Centre Nationale de pleine nature EPMM – Sports pour tous
Route de Florac
48210 Ste Enimie