

COMMISSION FORME SANTE BIEN-ETRE
Mardi 2 février 2021
Par Visioconférence Zoom

Présents :

- Sylvia Grand Clément, CD AURA, Dpt 01 (Zone Vallée du Rhône)
- Philippe Collard, conseiller technique
- Jean-Louis Perrin, Dpt 69 (Zone Vallée du Rhône)
- Fabrice Descombes, CD AURA, Dpt 38 (Zone Alpes)
- Brigitte Fadi, CD AURA, Dpt 63 (Zone Loire et Volcans)
- Jeannette Lepinard, Dpt 63 (Zone Loire et Volcans)
- Patricia Sanchis, Dpt 63 (Zone Loire et Volcans)
- Cindy Hoareau, Dpt 26-07, Médecin du Comité, (Zone Vallée du Rhône)
- Alain Stéphan, Dpt 01 (Zone Vallée du Rhône)
- Gilles Sahuc, CD AURA, Dpt 26-07 (Zone Vallée du Rhône)

Excusé :

- Gérard Ysard, CD AURA, dpt 26-07 (Zone Vallée du Rhône)

Début de la réunion à 19h15

PARTENAIRES OFFICIELS

1) Présentation des membres de la commission

- Jean-Louis Perrin, président de la commission AFS de la Ligue (2^e mandat) et depuis le 21 janvier, n'est plus président de l'AFA Feyzin-Vénissieux après 44 années ininterrompues, mais reste secrétaire général de son club. Il est Président de la commission Medico-sportive de l'Office Municipal du Sport de Vénissieux.
- Philippe Collard (ancien de la commission !), cadre technique pour AURA en charge de l'Athlé Santé Bien être. Fondateur de l'Athlé Form 42 qui était axé sur la pratique Santé loisir et nouvelles pratiques, comme le trail.
- Alain Stephan, président Ambérieu marathon, organisateur de la Ronde des Grangeons, référent marche nordique du Comité de l'Ain
- Sylvia Grand Clément, membre du bureau de la ligue, Présidente du comité de l'Ain, entraîneur dans le club « Village athlétique Bressan » à Montrevel en Bresse.
- Brigitte Fadi, avant la fusion, s'occupait du Sport santé à la ligue d'Auvergne et du diagnoform. Elle est membre du comité directeur de la ligue et du comité du Puy-de-Dôme.
- Gilles Sahuc, l'un des premiers de la ligue à s'être orienté sur le Sport santé avec la création de l'USA Chabeuil aidé de sa femme Sandrine, coach athlé santé. Il a été co-fondateur de l'Entente Rhône Vercors. Président pendant 10 ans, de ces deux clubs. Il est aussi référent de la marche athlétique au sein de l'équipe technique régionale.
- Cindy Hoareau, médecin généraliste et médecin du sport sur Valence. Activité salariée dans un centre de santé « jeunes ». Elle a été médecin coordonnateur dans un réseau de patients diabétiques avec mise en place d'activités adaptées. Elle est membre du Comité Drôme-Ardèche. Elle participe au DAPAP (Dispositifs d'Accompagnement vers la Pratique d'Activité Physique) de la Drôme.
- Patricia Sanchis, présidente-entraîneur-juge marche de Lempdes athlétisme et loisir, section de Clermont Athlétisme Auvergne dont elle est la Secrétaire générale.
- Jeannette Lepinard, membre de l'AS Montferrand, section locale du Clermont Athlétisme Auvergne. Elle intervient sur le Sport santé dès la création des Coachs athlé santé et a participé avec l'ASM omnisport à la création en entreprise dans ce domaine chez Michelin, club qui comptait jusqu'à 2600 licenciés à la FFA, mais qui maintenant, s'autogère avec leurs propres coaches. Elle est en train de mettre en place de l'Athlé santé dans son club avec des jeunes entraîneurs. Elle est membre du Comité Directeur du Clermont Athlétisme Auvergne et au comité du Puy-de-Dôme.
- Fabrice Descombes, médecin généraliste et du sport vers Chambéry. Il s'occupe de la commission médicale de la Ligue et a intégré la commission médicale de la Fédération. Il s'occupe du DAPAP (Dispositifs d'Accompagnement vers la Pratique d'Activité Physique) sur Chambéry qui s'appelle « Bouger sur Prescription » qui existe depuis 10 ans. Il organise des formations pour des BPJEPS APT et autres, dans ce domaine.

=> Dans la composition de la commission, il est à noter que la zone « Loire et Volcans » comprend 4 membres, la zone « Vallée du Rhône » 6 membres et la zone « Alpes » 1 seul membre !

2) Point sur les conditions sanitaires

Selon nos Médecins, concernant la circulation du virus, nous sommes, à ce jour, sur un plateau haut avec une maîtrise de l'épidémie. Un variant « Anglais » en circulation et un variant « Sud-Africain » dans le secteur Valentinois.

Pour la pratique dans l'espace public, il est rappelé que l'on peut s'entraîner (marche nordique et running) par groupes de 6 et donc rien n'interdit de créer plusieurs groupes.

3) Commission nationale Athlé Forme Santé

La composition de la commission nationale, présidée par Martine Prévost, a été revue pour cette mandature. Elle est composée de membres actifs et invités : Membres du Comité Directeur de la FFA, Directeurs administratifs dont Jérôme Villon, Personnalités qui apportent leurs expertises, Présidents de commissions nationales (Marche, Running, Sport en entreprise, Masters), Conseillers techniques dans le domaine Athlé Forme Santé, Salariés de la Fédération dont Philippe Boidé, le Directeur « département développement » et les Présidents des commissions régionales.

Cette commission se réunira tous les 2 mois par visioconférence et en présentiel lors de l'Assemblée Générale de la FFA.

La commission nationale souhaite organiser un évènement mensuel ou bimensuel. Ce samedi 6 février aura lieu le premier webinaire pour les dirigeants et dont le sujet concerne la stratégie de développement des clubs : L'Athlé Forme Santé.

4) Evasion athlé

Lien : <https://www.evasion-athle.fr/>

Plusieurs membres de la commission ont participé au webinaire du 21 janvier consacré à Evasion athlé.

Rappel : Evasion Athlé, est une marque de la Ligue Auvergne Rhône-Alpes d'Athlétisme. Voyageur agréé par Atout France, spécialisé dans le tourisme sportif autour des activités Forme et Bien-Etre développées par la Fédération Française d'Athlétisme. Evasion Athlé vous propose de découvrir de nombreux séjours uniques. running, marche nordique, remise en forme, mais aussi des séjours supporters de l'équipe de France à l'occasion des grands événements athlétiques (championnats d'Europe, du Monde ou Meetings).

Evasion athlé n'a pas vocation à organiser des séjours courts sur un samedi ou un dimanche. Dans la mandature précédente de la commission AFS AURA, l'idée avait été de développer sur le territoire des propositions de sorties avec le matin de la marche nordique et l'après-midi, découverte du patrimoine local. En 2019, Le Comité Drôme-Ardèche et le club de Die Athlétisme avait proposé au club de l'AFA Feyzin-Vénissieux, une sortie découverte avec marche nordique le matin à Merignac en Diois puis repas tiré du sac et apéritif offert par le club de Die (Clairette de Die) et l'après-midi visite chez un vigneron.

5) Cap Form'Senior

Lien : <https://www.capformsenior.fr/>

Intervention de Philippe Collard :

Cap Form senior découle des rencontres de la forme qui historiquement avait lieu à Saint Etienne et financées par AG2R la Mondiale puis rejoint par la CARSAT. Elles furent étendues sur Lyon pour un public varié (entreprises, jeunes ...) puis recentrées sur un public senior avec l'organisation d'une grande journée où l'on trouvait un village santé, du diagnoform, de la démonstration de marche nordique. Par la suite, six à sept fois dans l'année, eurent lieu les lundis de la forme à Saint Etienne et Lyon puis dans d'autres villes. Le concept était l'accueil par un petit déjeuner puis un exposé par un intervenant sur un thème « santé ou environnemental » et se terminait par environ une heure de marche nordique.

Cap Form' Senior touche 5 villes : Saint Etienne, Lyon, Grenoble, Roanne et Villefranche. Suite au Covid, il s'agit essentiellement de programmes d'activités physiques à domicile : renforcement musculaire, équilibre, mobilisations articulaires. 60 séances de vidéos qui vont de 10 à 20 minutes comprenant 4 ou 5 exercices avec différents cycles suivant son activité, seront proposées.

Chaque ville s'est vu proposer des parcours connectés (marche ou course) : Form'city.

Cette année, des séances de marche nordique sont proposées, coachées par des entraîneurs de club comme l'Athlé Form 42, l'EA Villefranche ... en tenant compte des directives gouvernementales : 5 personnes + le coach. Cela permet d'apporter des prestations de service aux clubs locaux puisque la Ligue rémunère le club avec aussi la possibilité pour les participants de s'inscrire dans le club.

Nouveau : 40 séances vidéo de 30 à 45 minutes vont être réalisées lors d'entraînements « marche nordique » par des coaches. Diffusion, une fois par semaine à partir du 16 février.

10 visioconférences prévues dans l'année, sur des thématiques « Santé » vont avoir lieu comme le bienfait de l'activité physique, la nutrition ... La prochaine, le 12 février (voir sur le site de la ligue, onglet « Cap'form »)... mais sont-elles ouvertes à nos licenciés ?

Brigitte souhaiterait que Clermont Ferrand puisse participer aussi malgré des CARSAT différentes mais Jeannette précise que l'ASM Omnisport est déjà fortement implanté dans

ce domaine. Suite à une question de Gilles sur des actions à Valence, Philippe précise que cela dépend de la stratégie de nos partenaires.

6) Sport sur ordonnance

Intervention de Cindy Hoareau :

Une très bonne idée sur le papier, mais difficile d'application car le côté ordonnance insinu des remboursements de la Caisse primaire d'assurance maladie, ce qui n'est pas le cas. Certaines mutuelles prennent en charge des séances d'activités physiques adaptées (APA). Cela consiste à faire prescrire à des patients porteurs de pathologies chroniques, par leur médecin, ces séances APA. Ce sont les DAPAP (Dispositifs d'Accompagnement vers la Pratique d'Activité Physique), dans les départements qui vont orienter ces patients suivant leurs capacités physiques. Malheureusement, cela reste encore flou dans l'application avec un manque d'information auprès des professionnels de santé.

Il serait bien que les clubs en capacité de recevoir ce public puissent s'inscrire sur la plateforme du Sport Santé Bien-Etre Auvergne-Rhône Alpes. Elle recense aussi les structures « Sport Bien-Etre » donc pour nos clubs qui proposent de la marche nordique.

Lien : <https://www.sport-sante-auvergne-rhone-alpes.fr/>

Avec l'OFA, on trouve une formation pour le sport sur ordonnance dans la filière « Forme Santé ». Cette qualification est accessible aux titulaires du diplôme de niveau 3 de la filière Forme Santé, Coach. Il permet alors à son titulaire d'encadrer les patients porteurs d'une ALD (Affection Longue Durée).

7) Marche nordique

Notre fonctionnement fédéral « marche nordique » se retrouve sur 3 secteurs. Elle dépend des commissions « Forme santé » régionales et fédérales. La marche nordique « compétition » (MNC) dépend de la commission marche. Pour info, Jean-Louis Perrin est le référent MNC de la ligue au sein de la commission marche régionale présidée par Jean-Louis Lafleur. Les événements « marche nordique » se retrouvent dans le calendrier running via Calorg. Il s'agit d'évènements spécifiques « marche nordique » comme Walk' N'B en Beaujolais ou intégrés dans des courses comme la Ronde des Grangeons ou en son temps, la Montée du Salève à Annemasse.

L'idée est de créer, plutôt pour la saison 2021/2022, un calendrier régional pour toutes les épreuves marche nordique y compris celles intégrées dans des organisations running.

Pour promouvoir la marche nordique au sein de la ligue, les membres de la commission souhaitent une interview des Coachs athlé santé qui permettrait aussi de les valoriser. Nous pourrions commencer par Meriem Mouret de l'ASPTT Clermont.

8) Formation

Dans la filière « Forme Santé », 3 niveaux sont proposés : Assistant, Animateur et Coach

La formation entraîneurs « marche nordique » niveau 1 et 2 n'existe plus et remplacé par des formations animateurs ou coachs « Forme Bien-Etre ».

Toutes les formations jusqu'en mars ont été annulées et pour avril, ne devaient rester que celles possibles par visioconférence.

Depuis la nouvelle formule (2019), il y a peu de diplômes délivrés car outre les nombreux modules, il faut rédiger, comme cela se faisait avant, un rapport et attendre une visite sur le terrain du formateur (compliqué en 2020 et 2021 !).

9) Athlé Fit

L'Athlé Fit se veut une nouvelle pratique proposée par la Fédération en direction d'un public autour de 40 ans qui veut s'améliorer physiquement sans objectif de compétitions. Il s'agit de la remise en forme plus dynamique ou de la préparation physique déjà pratiquée dans nos clubs. Cela nécessite la mise en place de créneaux spécifiques.

En savoir plus sur le site de la fédération :

[Athle Santé Loisir - Pratiques Athlé Fit | Fédération Française d'Athlétisme](#)

10) Questions diverses

Gilles Sahuc évoque le souhait d'un grand rassemblement avec les clubs comme cela s'était fait avec les premiers Coachs Athlé Santé, sur trois jours, au Bois d'Amont et qui avait rassemblé 250 personnes. Depuis les clubs font leurs propres sorties et des Comités aidés des clubs, organisent ou vont organiser des rassemblements comme la Loire et l'Ain. Cela mérite un point pour la prochaine réunion de la commission.

Prochaine réunion en avril si possible après la commission nationale.

Fin : 21h15