



COMMISION FORME SANTE BIEN-ETRE Jeudi 8 avril 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)
- Gérard Ysard, CD AURA, dpt 26-07 (Zone Vallée du Rhône)
- Gilles Sahuc, CD AURA, Dpt 26-07 (Zone Vallée du Rhône)

Début de la réunion à 19h12







1) Règles des pratiques dans les clubs pour la marche nordique suite aux directives gouvernementales

Au 3 avril, sorties limitées dans un rayon maximal de 10 kilomètres autour de chez soi pour tous les départements et groupes de 6 dans l'Espace Public.

Des clubs de randonnée, de cyclisme et de running se sont fait verbaliser (135 euros par personnes et 500 euros pour le club) car ils ne respectaient pas les groupes de 6 personnes et en particulier au moment du regroupement sur un parking. Un club s'est même fait piéger par un drone. Il faut donc bien respecter ce nombre et de séparer les groupes en action au moins de 10 m (50 m selon la Présidente de notre commission nationale!).

Un débat s'instaure sur les dérogations au-delà des 10 km pour l'accès aux stades et quelle autorité administrative peut réaliser des attestations pour des missions d'intérêt général ? Depuis la réunion, cette règle a été assouplie pour les ERP, voir note ci-dessous.

Note: Modification du 8 avril du Ministère des sports, les licenciés (pratiquants, dirigeants et entraîneurs) qui souhaitent accéder à un équipement sportif de plein air, peuvent le faire dans la limite du département de résidence, ou dans la limite de 30 km autour du domicile si l'équipement se situe dans un autre département. Il faudra se munir de sa licence en plus du justificatif de domicile. Cela ne concerne pas l'Espace Public.

2) Interviews « coachs »

3 interviews de coachs « marche nordique » (1 par zone et 3 thèmes différents)

Zone Loire et volcans : Meriem Mouret avec comme thème : .la professionnalisation et éventuellement l'adaptation aux contraintes sanitaires.

Zone Vallée du Rhône : Annette Sergent avec comme thème : les événements "marche nordique" et en particulier la Walk N'B dans le Beaujolais.

Zone Alpes : Philippe Ivars avec comme thème le tourisme sportif, bien sûr, axé sur la marche nordique.

C'est Jessica Bissay qui procédera aux interviews.

Brigitte Fadi nous informe que Meriem a été contactée par Jessica et s'interroge sur la présentation sur le site de la ligue (photos, vidéo ?)

3) Formations

Il y aura désormais 2 diplômes de niveau 2 dans la filière forme santé :

- Animateur Forme « marche nordique »
- Animateur Forme « running »

Conséquences concrètes :

- Les stagiaires souhaitant obtenir un diplôme d'Animateur n'ont plus cette obligation de polyvalence running et marche nordique.
- Le cursus obligatoire est allégé d'un module, soit 7 ou 11h de formation en face à face pédagogique (selon l'option choisie). Ce qui implique également une diminution du coût d'un cursus complet.
- Les modalités d'examen permettent néanmoins pour ceux qui le souhaitent, notamment pour ceux nombreux parmi vous qui avez suivi la formation sur ces 2 options, de présenter ces deux options lors d'un seul et unique examen.
- Les personnes qui ont déjà obtenu leur diplôme d' « Animateur Forme » obtiennent bien sûr par équivalence les deux diplômes d'Animateur Forme Marche Nordique » et « d'Animateur Forme Running ».

4) Retour sur la commission Athlé Forme Santé nationale du 2 avril

Ont été abordés :

- Point sur les règles de pratique dans les clubs.

Plus spécialement pour la marche nordique (voir paragraphe 1 de ce compte rendu)

- Webinaire Athlé Forme et Santé

Prochain le samedi 10 avril : se former et développer la pratique

- Temps fort : Défis Forme et Santé
- Séance de Nordic'Fit, relais ou cardio avec les dirigeants du club
- Séance de renforcement intergénérationnelle
- Séance de Nordic'Yoga
- La plus belle photo d'un parcours marche nordique
- Relais connecté
- Flash mob

Des fiches techniques vont paraître prochainement

- Evolution des outils sport santé – sport sur ordonnance

3 outils distincts:

- des documents à télécharger par le club labellisé et les entraîneurs formés « sport sur ordonnance » dont un formulaire spécifique de prescription.
- un suivi medico-sportif numérique pour les pratiquants atteints d'une ALD.
- un accompagnement des clubs qui développent le sport santé.
 - Partenariat avec le milieu de santé

Une demande de Philippe Yvars pour une convention avec la Fédération concernant l'activité marche nordique pour des personnes ayant la maladie de Parkinson.

- Présentation de la journée nationale de la marche nordique

Les dates retenues :

- samedi 18 septembre
- samedi 25 septembre
- samedi 2 octobre

Une plateforme unique dédiée à l'inscription des clubs aux différentes opérations nationales va être mis en place.

Rappel : cette opération est éligible à la demande de subvention du PSF (projet sportif Fédéral)

- Avantages licences FFA

La Fédération travaille sur une communication pour valoriser la prise de licence.

5) Questions diverses

- Livre : Marche nordique et santé, pratiques, recommandations, prescriptions

Il a été écrit par le Docteur Frédéric Depiesse, membre de la commission " Athlé Forme Santé " nationale.

« Vous y trouverez des informations utiles en histoire de la discipline, en législation, en biomécanique du geste, en intérêt en prévention primaire et secondaire, j'ai compilé la littérature d'hier et d'aujourd'hui, en prescription pour les toubibs et dispensation pour les coaches, l'intérêt chez les enfants ... et quelques idées prospectives sur le développement et pleins d'anecdotes... »

En vente chez les libraires et par Internet

- 3ème Visio rendez-vous : l'Optimiste, c'est bon pour la santé

Dans le cadre du programme Cap'Form senior, avec l'intervention de Sylvie ESPELLET, sophrologue, Yoga du rire, de 14h30 à 16h00, le Lundi 19 avril.

Philippe Collard nous informe que nous pouvons communiquer dans nos clubs, n'étant pas limiter en nombre pour ces visioconférences.

- Projet technique régional 2021-2024 (voir annexe)

Philippe Collard souhaite que la commission détermine des actions de développement de la pratique sur le territoire, notamment en collaboration avec les comités départementaux. Ce point sera le sujet principal de la prochaine réunion de la commission en juin avec une étude en amont.

=> Prochaine réunion en juin

Fin: 20h45

ANNEXE: PROJET TECHNIQUE 2021-2024

LE SECTEUR « FORME SANTÉ »

La Ligue d'Auvergne Rhône-Alpes d'Athlétisme, consciente de la place prépondérante que doit occuper la pratique sportive face aux enjeux sociétaux de santé publique, agit pour que l'athlétisme régional puisse apporter dans ce domaine une réponse singulière aux attentes grandissantes de l'état, des collectivités territoriales, de certaines structures privées et des individus.

LES OBJECTIFS PARTICULIERS

- Sensibiliser différents publics à la pratique des Activités Physiques et Sportives comme élément de santé et de bien-être individuel.
- Accompagner ces publics cibles vers une pratique régulière et ainsi concourir à la prévention primaire, secondaire et à la lutte contre le vieillissement.
- Contribuer à la prévention santé au travail, pour les salariés et dirigeants d'entreprises.
- S'ouvrir aux nouvelles technologies, comme moyen complémentaire d'accompagnement des publics cibles.
- Développer des parcours running urbains.
- Augmenter les ressources financières de la Ligue.
- Contribuer au développement et à la professionnalisation des clubs.

LES ACTIONS

- Développer le programme Capform'senior: via un site dédié et une application, proposition de vidéos de séances d'APS à
 domicile, de visioconférences mensuelles abordant des thèmes autour de la santé, d'un programme de marche active, de
 parcours connectés dans des villes cibles. Des séances hebdomadaires de marche nordique sont encadrées par des clubs
 locaux dans ces mêmes villes.
- Animer le programme Enform@Lyon : Parcours connectés running ou marche nordique avec des stations de renforcement musculaire. Réalisation des exercices et des vidéos correspondantes. Des séances coachées sont programmées chaque semaine et encadrées par des coachs locaux.
- Consolider le programme Form'city: Réalisation de parcours connectés running ou marche nordique, incluant des stations de renforcement musculaire, particulièrement à destination des villes, des entreprises.
- Organiser des Diagnoform : outils d'évaluation de la forme des individus, à destination des entreprises, de collectivités territoriales, d'établissements scolaires, d'autres structures privées ou associations.
- Participer à la commission « Forme santé » : Détermination d'actions de développement de la pratique sur le territoire, notamment en collaboration avec les comités départementaux.
- Renforcer la relation avec des clubs « Forme santé » : Via le développement territorial des différents programmes initiés par la Ligue, contribuer au développement et à la professionnalisation des clubs locaux en apportant des prestations de services.

LES RESSOURCES HUMAINES

- 1 CTS responsable du secteur Forme Santé.
- 5 Salariés ligues impliqués partiellement dans la conception et la réalisation de ces actions.
- · Commission régionale Forme Santé Bien-être AURA dont un élu référent.
- ETR Forme Santé.
- Des coachs de clubs.