

SENTEZ-VOUS SPORT

Du 19 au 23
septembre
2012

Rendez-vous
Sport - Santé Bien-être



DOSSIER DE PRESSE

SENTEZ-VOUS SPORT

2012 – 3^{ème} édition

**Direction Régionale de la Jeunesse,
des Sports et de la Cohésion
Sociale
de Basse-Normandie
2, Place Jean Nouzille
CS 55 427 - 14 054 CAEN CEDEX 4**

Contact
Anne-Laure PICOT
02.31.52.73.57
anne-laure.picot@drjscs.gouv.fr

SOMMAIRE



1. Présentation des opérations

Une opération nationale page 2

**Une mobilisation régionale
en Basse-Normandie** page 4

2. Programme « Sentez-Vous Sport »...

... à l'école et à l'université page 6

... dans l'entreprise page 16

... sport pour tous page 21

3. Contacts



Présentation des opérations

Une opération nationale

Du 19 au 23 septembre 2012, le Ministère des Sports, de la Jeunesse, de l'Education Populaire et de la Vie associative, le CNOSF et l'Association des Maires de France en partenariat avec le Ministère de l'Education Nationale, le Ministère de l'Enseignement supérieur et de la Recherche et le MEDEF organisent la 3^{ème} édition de l'opération « **Sentez-vous Sport** », coordonnée pour la région Basse-Normandie par la Direction Régionale de la Jeunesse, des Sports et de la Cohésion Sociale.

Ce rendez-vous ludique permettra, une nouvelle fois, à tous les publics de découvrir gratuitement des pratiques inédites, de s'initier à de nombreuses disciplines, et d'adopter celles qui leur conviennent le mieux afin de préserver leur santé.

Cette année c'est plus de 350 manifestations qui se tiendront dans toute la France pour quelque 300 000 visiteurs attendus.

Des professionnels du sport et de la santé seront présents sur les différents sites pour conseiller les participants, jeunes ou seniors, actifs ou retraités, professionnels ou amateurs, sur les activités les plus adaptées à leur profil et celles susceptibles d'améliorer leur équilibre de vie.

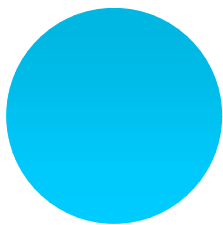
Au sein de villages « sport santé bien-être », à vocation informative, le grand public apprendra à connaître les nombreux bénéfices nés d'une activité sportive régulière, adaptée et motivante : amélioration du bien-être physique et mental, prévention des maladies et de la sédentarité, lutte contre les pathologies du vieillissement, enrichissement de la qualité de sa vie sociale...

Nouveauté pour ce millésime 2012, « Sentez-vous sport » s'installera dans les écoles et au sein du monde du travail, avec des journées dédiées au sport scolaire et universitaire et au sport en entreprise. Le week-end « Sentez-vous sport pour tous » permettra également de réunir familles, amis ou personnes isolées, prouvant une nouvelle fois que le sport est riche de rencontres et d'échanges intergénérationnels.

Le planning de l'opération est le suivant :

- **“Sentez-vous sport à l'école”** le 19 septembre dans le cadre de la journée du sport scolaire.
- **“Sentez-vous sport dans l'entreprise”** le 20 septembre pour promouvoir auprès des dirigeants et des salariés des entreprises l'activité physique et sportive comme facteur de santé.
- **“Sentez-vous sport à l'université”** les 20 et 21 septembre pour inciter les étudiants de l'enseignement supérieur à davantage pratiquer une activité physique, et ce de manière régulière et encadrée.
- **“Sentez-vous sport pour tous”** le week-end du 22 et 23 septembre en direction de tous les publics, notamment ceux les plus éloignés de la pratique des activités physiques et sportives et avec un accent mis plus particulièrement sur les adolescents.

Un site Internet www.sentezvousport.fr a été mis en place spécifiquement pour l'opération.



Une mobilisation régionale

Le dynamisme de la Basse-Normandie sur ce dispositif est visible puisque 9 organisateurs proposeront des animations sur 19 sites, répartis dans toute la région.

CALVADOS

Dans le cadre de la journée du sport scolaire, le mercredi 19 septembre, **les comités départementaux de l'UNSS et de l'USEP** interviendront dans tout le département du Calvados : **BLAINVILLE SUR ORNE, FALAISE, COURSEULLES, SAINT LAURENT SUR MER, VIRE, HONFLEUR, DEAUVILLE, OUISTREHAM, CAEN ET ARGENCES**. Les scolaires pourront donc s'essayer à une multitude d'activités sportives et ce, dans l'ensemble du département.

Une semaine sportive sera également proposée sur la commune de **COLOMBELLES**. Le **Centre Socioculturel et Sportif Léo Lagrange** accueillera les scolaires le 21 septembre, et le grand public le 22 et 23 septembre. Le 20 septembre, ce seront les étudiants de l'université de Caen qui se verront proposer des activités. Le même jour, **la ligue du sport en entreprise** proposera des activités sportives aux salariés de Colombelles sur le campus Effiscience.

Le samedi 22 septembre, le **Centre CAF** de la Guérinière à **CAEN** proposera une journée d'animation pour les habitants du quartier (place Sully et gymnase Gutenberg).

Des animations en lien avec la santé seront proposées par la Base Eolia Normandie à **SAINT LAURENT SUR MER – OMAHA BEACH**, le dimanche 23 septembre.

MANCHE

Le **Comité Départemental Olympique et Sportif de la Manche** va coordonner pendant 4 jours des animations dans ce département, à destination d'une population variée, dans une approche globale sport – santé et bien-être.

Le CDOS interviendra sur **CARENTAN** (gymnase Truffaut) **le 19 et 20 septembre pour les scolaires, les entreprises et les seniors**, puis sur **COUTANCES** (parc des sports), **le 21 septembre pour les collégiens, lycéens, jeunes en apprentissage, jeunes et adultes en situation de handicap et le 22 septembre auprès du tout public**. Ces animations seront organisées dans le but de promouvoir les bienfaits de la pratique d'activités physiques et sportives pour l'épanouissement global de la personne et en direction du plus grand nombre. De nombreux partenariats avec des professionnels de santé permettront au public d'échanger sur les notions de sport et santé.

ORNE

Pour le département de l'Orne, le **Comité Départemental Olympique et Sportif de l'Orne** coordonnera des manifestations sur 5 sites, dans le but de faire de cette semaine un rendez-vous annuel pour une fête du sport.

Des animations seront proposées sur **ALENCON**, le 19 septembre pour les scolaires, le 20 pour les entreprises, les 20 et 21 pour les étudiants de l'enseignement supérieur et les 22 septembre pour le grand public.

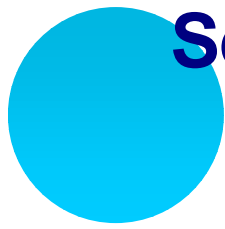
Les habitants d'**ARGENTAN** pourront s'initier au sport le 19 septembre pour les scolaires et les 22 pour le grand public.

Pour la 2^{ème} année consécutive, la **FERTE MACE** accueillera le grand public à la Base de loisirs (autour du lac) le 22 septembre.

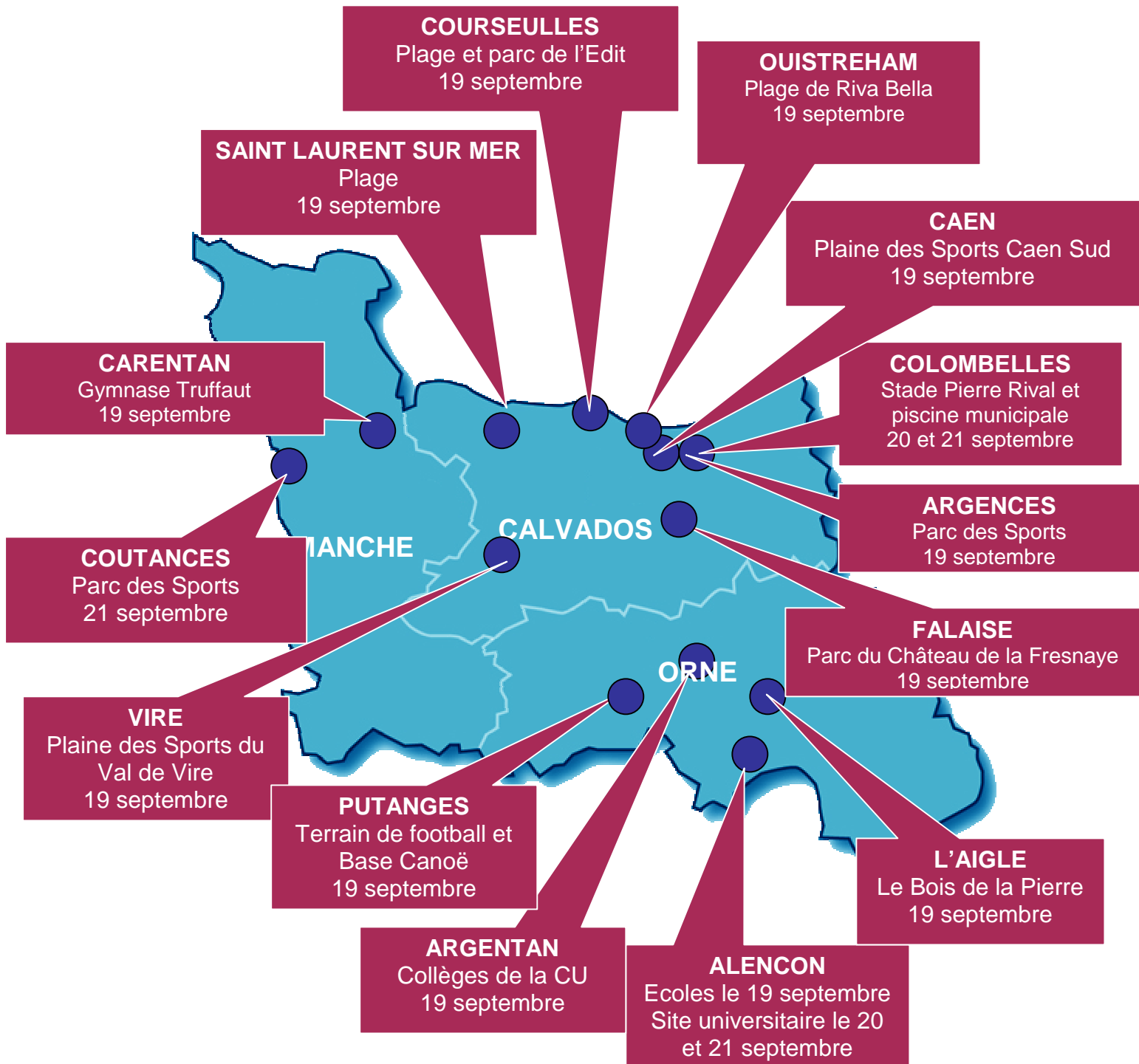
Les scolaires seront accueillis à **L'AIGLE (collège Molière)** le 19 septembre.

Enfin, **PUTANGES** sera sportif le 19 septembre pour les scolaires, le 20 septembre pour les entreprises et les 22 et 23 septembre pour le grand public.

Cette répartition de villages a pour but de s'étendre sur l'ensemble du département afin de permettre à un large public de participer au moins à l'une des manifestations.



Sentez-vous Sport à l'école Et à l'université LE PROGRAMME



CARENTAN (MANCHE)

Porteur du projet

Comité Départemental Olympique et Sportif de la Manche
02.33.57.67.97 ; developpement@cdos-manche.org

Adresse et horaires des manifestations

Gymnase Truffaut, rue Jean Truffaut, 50 500 CARENTAN.
Mercredi 19 septembre : 10h – 17h
Ouvert à tous de 3 à 25 ans.

Activités Sportives proposées

- Speedminton
- Basket
- Handbike
- Handball
- Judo
- Démonstration de handi Hand
- Gymnastique : activités motrices, découverte des agrés...
- Tennis de Table
- Jeux sportifs
- Athlétisme

Espace santé, bien-être

- Atelier d'art thérapeutique
- Jeu géant « Santé – Sport – Alimentation »
- Exposition dopage et santé globale.
- Jeunes sapeurs pompiers
- Animation Sécurité Routière
- Diététicienne (saveurs, goûts et confection de repas)



COUTANCES (MANCHE)

Porteur du projet

Comité Départemental Olympique et Sportif de la Manche
02.33.57.67.97 ; developpement@cdos-manche.org

Adresse et horaires des manifestations

Parc des Sports, Route de Saint-Malo, 50 200 COUTANCES
Vendredi 21 septembre : 8h45 – 16h30
Ouvert aux jeunes des établissements scolaires et jeunes/adultes des instituts spécialisés contactés...en partenariat avec l'office de la Jeunesse de Coutances et le CD Sports Adaptés.

Activités Sportives proposées

- Handbike
- Rugby
- Karaté, arts martiaux
- Course d'orientation
- Speedmington
- Pétanque
- Athlétisme
- Gymnastique Rythmique
- Handball
- Hockey



Espace santé, bien-être

- 1ers secours et utilisation du défibrillateur
- Diététicienne
- Animation et Prévention Addictions et Alcool (Conseils, informations, mur d'expression, jeux...)
- Animation Yoga
- Médecine Chinoise
- Ostéopathie : prévention autour des gestes et postures, gestion des maux de dos et autres pathologies.
- Physiothérapie

Sentez-vous Sport dans l'Entreprise

Jeudi 20 septembre

LE PROGRAMME



CARENTAN (MANCHE)

Porteur du projet

Comité Départemental Olympique et Sportif de la Manche
02.33.57.67.97 ; developpement@cdos-manche.org

Adresse et horaires des manifestations

Gymnase Truffaut, Rue Jean Truffaut, 50 500 CARENTAN
Jeudi 20 septembre : 10h – 20h30
Ouvert à l'ensemble des entreprises et aux retraités

Activités Sportives proposées

- Speedmington
- Handbike
- Marche nordique
- Joëlette
- Pétanque
- Handball



- Athlétisme
- Gym douce, tonique et détente.
- Gym, forme, détente (LIA,STEP,FAC,Abdos, Stretching)
- Randonnée découverte cyclotourisme et visite du patrimoine.

Espace santé, bien-être

- Soins énergétiques, relaxation et shiatsu, traitement des pathologies sportives
 - Démonstration et utilisation du défibrillateur
 - Diététicienne
 - Conférences - débats sur l'alimentation, le sport, les pratiques de bien être et la santé :
 -
- | | |
|---------------|---|
| - 18H-18H45 | A. Martin diététicienne : « équilibre alimentaire et activités physiques : rôle dans les pathologies liées au surpoids » |
| - 18H45-19H30 | J.Gautier praticien shiatsu : « le shiatsu comme art du bien-être » |
| - 19H30-20H30 | C .Ferrari : « Sur le toit du monde en vélo » |

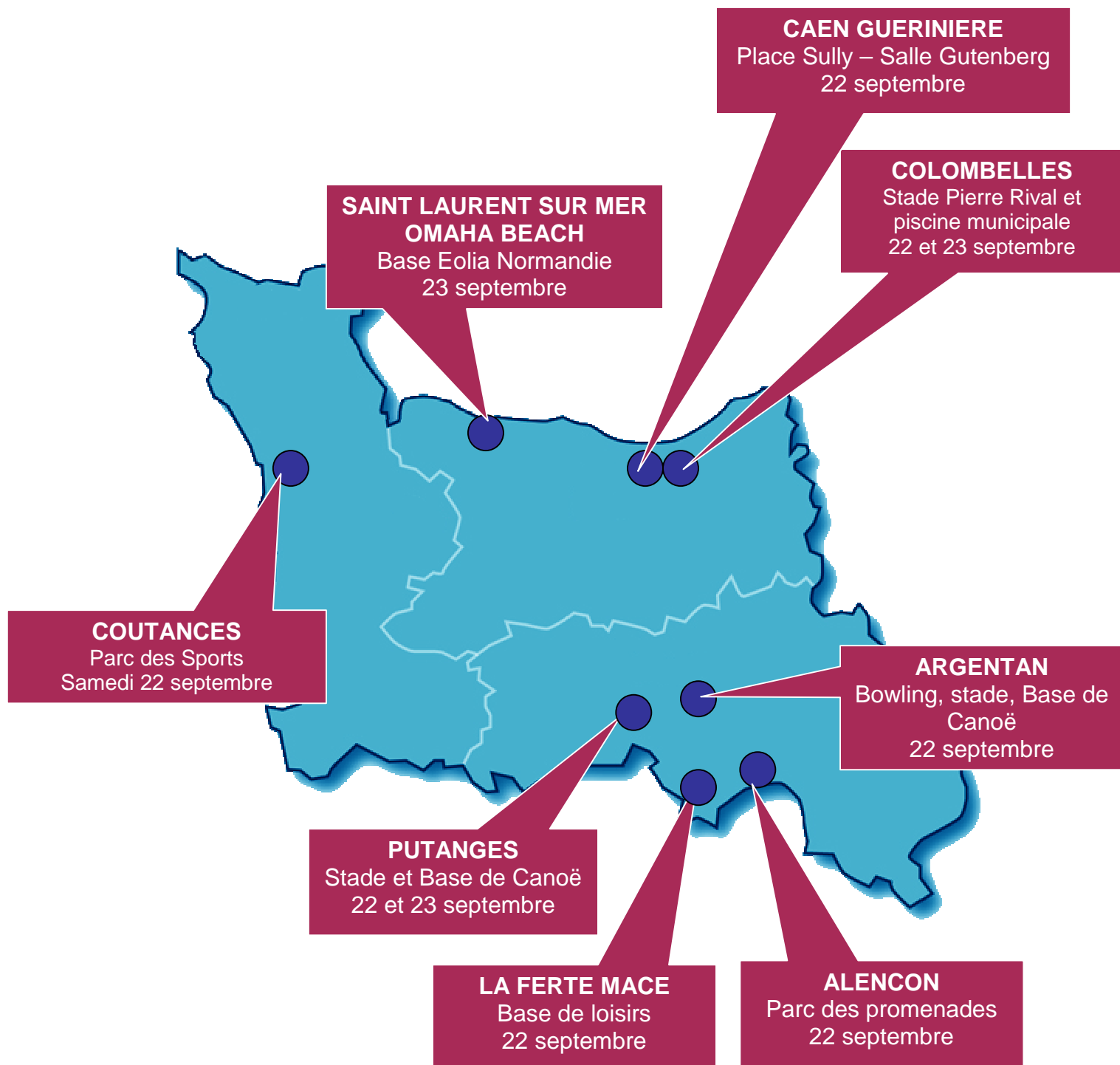
Test de forme

Mise en place de tests d'évaluation de la condition physique développés par la Fédération EPMM « Sports pour Tous ».

Activités physiques et Sport pour Tous

Samedi 22 et dimanche 23 septembre

LE PROGRAMME



COUTANCES (MANCHE)

Porteur du projet

Comité Départemental Olympique et Sportif de la Manche
02.33.57.67.97 ; developpement@cdos-manche.org

Adresse et horaires des manifestations

Parc des Sports, Route de Saint-Malo - 50200 COUTANCES
Samedi 22 septembre : 10h – 18h
Pour tous les publics

Activités Sportives proposées

- | | | |
|--|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Pilates en direction des personnes en surpoids et diabétiques • Marche nordique • Randonnée pédestre • Joëlette | <ul style="list-style-type: none"> • Roller • Roller hockey • Beach Volley • Karaté • Gymnastique et parcours santé | <ul style="list-style-type: none"> • Rugby • Pétanque • Athlétisme • Course d'orientation • Handbike |
|--|--|---|

Espace santé, bien-être

- Dépistage du diabète
- Ateliers parcours santé
- Shiatsu
- 1ers secours et utilisation du défibrillateur
- Diététicienne

Test de forme

Mise en place de tests d'évaluation de la condition physique développés par la Fédération EPMM « Sports pour Tous ».





Contacts

Direction Régionale de la Jeunesse, des Sports et de la Cohésion Sociale

Anne-Laure Picot : 02 31 52 73 57

anne-laure.picot@drjscs.gouv.fr

Médecin Conseiller

Alain Daireaux : 02 31 52 73 68

alain.daireaux@drjscs.gouv.fr

Direction Départementale de la Cohésion Sociale de la Manche :

Conseillère Technique : A.M. Bauduin : 02.50.71.50.46

anne-marie.bauduin@manche.gouv.fr

Comité Départemental Olympique et Sportif (CDOS) de la Manche :

Manche: 02.33.57.67.97

info@cdos-manche.org

www.cdos-manche.org

Retrouvez les détails sur :

<http://www.basse-normandie.drjscs.gouv.fr/>

<http://www.sentezvousport.fr/>

www.manche.gouv.fr/

(Les actions de l'Etat – Rubrique Jeunesse sport et culture)