

# FICHES ACTIONS

LES CLUBS GIRONDINS, ACTEURS DE LA VIE SOCIALE





# Equipements & Lieux de pratique

# Le mur LÜ



#### Résumé de l'action

Cette aire de jeu interactive peut être définie comme un environnement spatial intelligent qui comprend et réagit, grâce à l'information issue des caméras 3D, aux comportements et aux interactions des joueurs en temps réel. Le SAM est la seule structure a possédé ce dispositif interactif en Gironde.

Le mur LÜ est utilisé par la section cohésion sociale du SAM Mérignac auprès de personnes en situation de handicap moteur ou mental, de personnes âgées, d'enfants avec des écoles omnisports et des temps scolaires. En faisant des jeux interactifs, les participants bougent et pratiquent une activité physique et sportive.

# A qui s'adresse l'action?

Le mur interactif LÜ est accessible aux enfants, adultes et personnes âgées, ainsi qu'aux personnes en situation de handicap.

#### Objectif(s):

- -Permettre de développer des apprentissages tout en jouant
- -Faire pratiquer l'activité physique et sportive à des jeunes tout en utilisant l'interactivité digitale

#### **Financement**

Le club a fait appel à du co-financement (municipalité, ANS, etc...). Il y a également la possibilité d'amortir le coût via de la prestation payante aux entreprises, écoles et instituts médico-éducatifs.

#### Comment s'y rendre

Maison des associations - 55 avenue du Maréchal de Lettre de Tassigny 33700 Mérignac TRAM - Ligne A - arrêt Pin Galant BUS - Ligne 1 - arrêt Joliot Curie / Ligne 11 - arrêt René Coty

#### **Contact**

Antoine Defosse a.defosse@samerignac.fr 05 56 47 36 55

# **Entretien et gestion du parcours des Graves (56km)**



#### Résumé de l'action

Le parcours des Graves est un parcours balisé de 56 km traversant 5 communes : Cestas, Canéjan, Léognan, Pessac et Gradignan.

Un partenariat entre le Département de la Gironde, les communes voisines et le SAGC Omnisports a permis de baliser différents parcours praticables à pied ou en vélo. Cet itinéraire est constitué de « cheminements naturels » mais également de tronçons divers (pistes cyclables, voies communales, chemins ruraux...). Ces différents parcours ne présentent aucune difficulté et sont praticables toute l'année.

# A qui s'adresse l'action?

A tout public.

#### Objectif(s):

Permettre de découvrir des lieux riches et chargés d'histoire comme l'Écomusée de la vigne et du vin, le Prieuré de Cayac, le Lac bleu et le Lac vert, l'Écosite du Bourgailh, « Les Sources », la vallée de l'Eau Bourde, le Moulin de Rouillac, le Bois de la Princesse et le Parc de Monsalut. De nombreuses variantes sont possibles au départ du pont de la Palanque à Canéjan.

#### **Financement**

Le Département de la Gironde a financé le projet à hauteur de 12 000 euros et les 5 communes engagées ont chacune versé 2 400 euros. Ces subventions ont permis de financer l'achat du matériel (balises, etc...). Le coût de l'entretien varie de 200 à 800 euros selon les années et les dégradations commises.

#### **Contact**

Bernard Orillard contact@sagc.fr 06 98 22 37 81

# Frigo Zéro Gaspi



#### Résumé de l'action

Le Frigo Zéro Gaspi est un équipement en libre-service, 24h sur 24, sur la voie publique, composé d'une armoire réfrigérée et d'un garde-manger, dans lesquels tout un chacun peut venir déposer et/ou prendre de la nourriture à sa convenance et selon ses besoins et ce, dans un strict respect des règles d'hygiène et de sécurité sanitaire des aliments. L'armoire réfrigérée accueille les aliments frais et le garde-manger les aliments secs.

# A qui s'adresse l'action?

Cet équipement est mis gracieusement à la disposition de l'ensemble des acteurs du quartier de Saint-Bruno : habitants, associations de solidarité, commerces alimentaires, commerces de bouche, restauration commerciale, ainsi que la restauration scolaire (pour les dons des surplus de repas).

#### Objectif(s):

-Réduire la production des déchets, et plus particulièrement le gaspillage alimentaire -Créer du lien social et de la solidarité entre les habitants et acteurs d'un quartier autour de l'alimentation, en essaimant l'idée de gratuité et d'échange entre personnes de tout milieu social et générationnel, sans stigmatisation d'une catégorie particulière ; -Faciliter l'accès au don alimentaire pour les personnes en précarité par le respect de leur anonymat et le renforcement de leur dignité et de leur estime de soi : ils ne sont plus des bénéficiaires mais des acteurs à part entière de la démarche.

# Politiques publiques visées

Equipement qui vise à explorer des solutions durables dans chaque domaine de la vie pour mieux consommer et réduire son impact environnemental.

#### Financement

·Le CREPAQ : Centre Ressource d'Ecologie Pédagogique de Nouvelle-Aquitaine. ·Le HopHopFood, le budget participatif du CCAS de Bordeaux.

#### **Comment s'y rendre**

49 Rue Brizard, 33000 Bordeaux TRAM - Ligne A - arrêt St Bruno - Hôtel de Région BUS - Ligne 1 - arrêt Dutertre / Ligne 26 - arrêt St Bruno - Hôtel de Région

#### **Contact**

Txomin Arizemendi usb@saint-bruno.org 05 56 0 36 33 53

#### Le CAM Bordeaux se met au vert



#### Résumé de l'action

Le club est particulièrement engagées en termes d'actions écoresponsables :

- Sites surveillés pour la protection des populations d'oiseaux, en partenariat avec la Ligue pour la Protection des Oiseaux
- Valorisation des espèces singulières présentes
- Equipements écoresponsables : éclairage LED
- Présence de poules en liberté pour produire des œufs en circuit court et pour déparasiter les déchets verts
- Végétalisation du site : fleurs et arbres fruitiers
- 3 volontaires en Service Civique qui sont missionnés sur la thématique environnement et qui interviennent sur la mise en valeur de ce patrimoine et sur la sensibilisation des adhérents à l'environnement

### A qui s'adresse l'action?

A tous les adhérents du CAM Bordeaux, y compris les personnes à mobilité réduite.

#### Objectif(s):

- Redensifier les populations d'insectes et d'oiseaux en ville
- Végétaliser le site
- Développer la production et la consommation d'aliments en circuit-court
- Réaménager les équipements sportifs pour qu'ils soient plus respectueux de l'environnement

#### Politiques publiques visées :

Equipement qui vise à explorer des solutions durables dans chaque domaine de la vie pour mieux consommer et réduire son impact environnemental.

#### **Financement**

Il s'agit en grande majorité de l'autofinancement.

#### **Comment s'y rendre**

45 rue Albert Thomas 33000 Bordeaux BUS - Ligne 1 - arrêt Monrabeau / Ligne 16 - arrêt Deveaux

#### **Contact**

Aurélie Cassang contact@cam-bordeaux.com 05 56 02 38 38

# Education

# **Écoles Omnisports**

#### Résumé de l'action

La démarche pédagogique des clubs a pour objectifs essentiels :

- de permettre aux enfants de développer leurs habiletés motrices fondamentales (courir, sauter, lancer, nager...);
- de découvrir les différentes activités que propose le club (athlétisme, basketball, boxe, football, gymnastique, judo, lutte, natation, rugby, tennis) afin de pouvoir effectuer un choix qui leur est propre dans les années futures.

Le développement des habiletés motrices fondamentales, chez nos jeunes sportifs en herbe, constitue la pierre angulaire de la réussite de ce programme. Ces habilités motrices fondamentales à construire se scindent en 3 groupes : l'équilibre, les habiletés de manipulation et les habiletés locomotrices.

Si, dans le reste du programme, d'autres motricités complémentaires seront à développer, l'enfant pourra découvrir l'ensemble des disciplines du club afin de pouvoir, à la sortie de son parcours multisports, pratiquer un sport qu'il aura choisi par plaisir et non par influence de son environnement. Le multisports constitue pour le club la réponse idéale à la question que se pose souvent les parents : quand faut-il spécialiser mon enfant dans une discipline ?

# A qui s'adresse l'action?

Les jeunes de 3 à 11 ans selon les programmes des clubs Eveils multisports à destination des enfants des écoles maternelles Ecoles multisports à destination des enfants des écoles élémentaires























Découvrir des différents sports Développer des habilités motrices et physiques Limiter la sédentarité





















#### Résumé de l'action

Partant d'un diagnostic que de nombreux ados avaient une utilisation exagérée et inadaptée des écrans et donc une propension de plus en plus poussée à la sédentarité et l'isolement social, des clubs omnisports comme Les Girondins Omnisports et l'Association Chantecler ont décidé de proposer des stages pendant les vacances scolaires mêlant esport, sports et temps pédagogiques.

Les stages se déroulent sur une semaine avec 4 temps journaliers distincts :

- ESPORT: 1H30 de pratique le matin
- PREVENTION : un temps pédagogique sur les méfaits des écrans et des conseils sur la gestion de ceux-ci de 30 minutes avant le repas
- CONVIVIALITE : un temps convivial de repas et pause libre de 1H, qui permet aux jeunes de conserver un rythme journalier avec repas à heures fixes et équilibrés
- PRATIQUE SPORTIVE : un temps sportif de 2H l'après -midi souvent lié à la discipline jouée le matin

# A qui s'adresse l'action?

Les jeunes

#### Objectif(s):

Limiter la sédentarité des jeunes Développer des nouvelles pratiques Lutter contre l'isolement Favoriser la cohésion sociale

# Politiques publiques visées :

Santé publique des jeunes

#### **Financement**

Cotisations + crédits FDVA

#### **Comment s'y rendre**

2 impasse Ste Elisabeth, 33000 Bordeaux TRAM: ligne C - Arrêt Camille Godard

#### **Contact**

Gérald GUEDAGEN sports@assochantecler.fr 05 57 87 02 57

# **Temps Périscolaire**

#### Résumé de l'action

Les activités périscolaires, à partir généralement de 16h30 sont encadrées par les éducateurs diplômés des clubs omnisports. C'est un dispositif municipal avec une convention ville/club. Les éducateurs viennent chercher les groupes dans les écoles et les accompagnent dans les installations respectives.

Ces activités périscolaires sont aussi des passerelles avec les sections. Les activités proposées sont variées et diverses selon les compétences des clubs : le karaté, le tennis, la gymnastique sportive, le judo, le handball, la danse, le badminton, les échecs, la gymnastique rythmique, la natation, le tennis-de-table, activité multisports etc.

#### A qui s'adresse l'action?

Enfants des écoles maternelles et élémentaires

#### Objectif(s):

- -Développer la motricité et les aptitudes sportives des écoliers
- -Découverte des sports
- -Enseignements de qualité des activités physiques et sportives

#### **Financement**

Subvention municipale

















# **Sport dans les écoles**

#### Résumé de l'action

Les clubs omnisports interviennent durant le temps scolaire auprès des écoles, afin d'assurer des cycles d'activités sportives comme le basket, tennis de table, handball, tennis etc. Des conventions sont signées entre le club et la Mairie. Ce fonctionnement permet aux jeunes écoliers de bénéficier d'un encadrement par des éducateurs qualifiés. Les élèves ne sont pas comptabilisés dans les statistiques des clubs omnisports proposant cette action.

La participation des clubs auprès de la ville est naturelle et contribue aux actions éducatives et sportives locales. Cela permet aussi de promouvoir les activités du club et d'inviter les jeunes à pratiquer une discipline dans l'une des sections sportives.

## A qui s'adresse l'action?

Enfants des écoles élémentaires

#### Objectif(s):

- -Développer la motricité et les aptitudes sportives des écoliers
- -Découverte des sports
- -Enseignements de qualité des activités physiques et sportives

#### **Financement**

Subvention municipale









# Sport vacances

#### Résumé de l'action

Les clubs omnisports proposent des activités pour les jeunes pendant les vacances scolaires. Il existe des stages multisports permettant aux écoliers de faire du sport pendant leurs vacances et de découvrir différentes disciplines sportives par la même occasion.

D'autres clubs proposent un format type « séjours sportifs » afin de permettre aux enfants qui n'ont pas l'opportunité de partir en vacances. Cela peut être un séjour à la montagne pour pratiquer le ski alpin ou des séjours surf l'été. Cette offre comprend l'encadrement des jeunes sur toute la durée du séjour, l'hébergement et les repas.

A travers leur organisation, ces séjours permettent aux jeunes de découvrir et de s'initier aux activités physiques et sportives. Elles participent au développement et à l'épanouissement du jeune.

#### A qui s'adresse l'action?

Les jeunes de 3 à 17 ans selon les programmes des clubs

#### Objectif(s):

Découverte des différents sports Développement des habilités motrices et physiques Limiter la sédentarité































#### **RUGBY TOUCH**



#### Résumé de l'action

Le Sport Athlétique Médocain a intégré depuis peu la discipline Rugby Touch dans les pratiques sportives proposées. Le Touch ou Touch rugby est un des seuls sports collectifs mixte car il n'autorise aucunement les contacts violents et donc les plaquages au sens rugbystique du terme. Cette particularité permet une pratique intergénérationnelle, c'est-à-dire que tout le monde est accepté quelque soit l'âge et le sexe de l'individu.

Le Touch privilégie le jeu d'équipe faisant appel à des qualités de techniques individuelles et collectives, de rapidité, d'agilité. C'est un jeu d'évitement, sans plaquage, mêlée, regroupement, ni jeu au pied par rapport aux autres sports utilisant un ballon ovale. Les règles du touch rugby ressemblent plus à celles du rugby à XIII, dont il est une déclinaison qu'a celle du rugby à XV. Le but reste de marquer plus d'essais que son adversaire. Pour stopper la progression de l'adversaire, pas de plaquage mais de "touchers". Les 6 joueuses et/ou joueurs d'une équipe peuvent arrêter la course de leur adversaire en les touchant à une main sur n'importe quelle partie ou également sur le ballon.

# A qui s'adresse l'action?

Tout le monde

#### Objectif(s):

Limiter la sédentarité des jeunes Développement des nouvelles pratiques Lutter contre l'isolement Favoriser la cohésion sociale

# Politiques publiques visées :

L'accès à la pratique sportive pour tous

#### **Financement**

Cotisations + municipalité

#### **Comment s'y rendre**

25 route de Bordeaux, 33340 Lesparre-Médoc

#### **Contact**

Eric MEYER sam.lesparre@wanadoo.fr 06 26 95 11 58

# Défi 10 jours sans écrans





# Résumé de l'action

Une vingtaine d'écoles de Bordeaux proposeront à leurs élèves de relever le défi 10 jours sans écran. Il consiste à proposer aux enfants de s'engager, pendant 10 jours, à ne plus, ou moins, passer de temps, à la maison, devant la télévision, l'ordinateur, les consoles de jeu, les tablettes, le téléphone... et de remplacer ce temps, par des activités de découverte, de loisirs et de rencontre.

Pour l'occasion, l'Association Chanteclerc et Union Sportive des Chartrons, deux clubs omnisports, participent en proposant des animations sportives gratuites et ouvertes à tous tels que le Handball, l'éveil gymnique, judo échecs et rugby, dans le quartier des Chartrons. de Bordeaux

# A qui s'adresse l'action?

Tout le monde

#### Objectif(s):

Limiter la sédentarité des jeunes Décrocher des écrans pour mieux les apprivoiser Lutter contre l'isolement Favoriser la cohésion sociale

# Politiques publiques visées :

L'accès à la pratique sportive pour tous

#### **Financement**

Cotisations + municipalité

#### **Comment s'y rendre**

2 impasse Ste Elisabeth, 33000 Bordeaux (Chantecler) Tram -ligne C / Bus 4, 15 9 place St martial 33000 Bordeaux (US Chartrons) Tram - ligne B / Bus 4, 45

#### **Contact**

Gérald GUEDAGEN - sports@assochantecler.fr Kévin FABRA - contact@uschartrons.com

# Insertion et équité

#### PREPAS SPORT



#### Résumé de l'action

Depuis 2015 le stade Bordelais a mis en place le dispositif Prepas Sports. C'est un dispositif d'insertion par le sport pour les jeunes les plus éloignés de l'emploi tous NEET (ni en emploi, ni en stage, ni en formation).

Ce dispositif consiste à accueillir des jeunes entre 16 et 25 ans durant une période de 5 mois à temps plein (deux fois par an : février à juin / d'août à décembre). Durant cette période le stade bordelais propose des pratiques sportives tout en les accompagnant dans un projet professionnel parallèlement. C'est pourquoi sur le temps de stage il y a des passages de qualification/certification (BAFA, PSC1, CACES...) afin d'accéder à un emploi ou une formation de droit commun.

La pratique du sport couplé à un accompagnement rigoureux auprès des jeunes sont le principe du dispositif Prepas Sports.

Deux options sont proposées aux jeunes :

- 1.Un parcours de remobilisation autour de la pratique sportive
- 2.Un parcours de professionnalisation davantage ancré sur l'accompagnement du projet professionnel dans le secteur de l'animation, du sport ou du lien social.

# A qui s'adresse l'action?

Le dispositif Prepa Sports s'adresse aux jeunes entre 16 et 25 ans en priorité issus des quartiers politiques de la ville de Bordeaux.

Le dispositif est aussi ouvert aux jeunes en situation de handicap.

#### Objectif(s):

- -Travailler un projet professionnel personnalisé
- -Obtenir de qualifications/certifications (BAFA, PSC1, CACES...)
- -Obtenir du permis B ou code de la route

#### **Financement**

Financement européen + Conseil Régional

#### Comment s'y rendre

2 rue Ferdinand de Lesseps 33110 LE BOUSCAT Bus: ligne 16 (Murat) / ligne 33 (Virginia)

# Politiques publiques visées :

La pratique du sport pour tous.

#### Contact

Franck EISENBERG f.eisenberg@stade-bordelais.com 06 24 25 44 79

# « Bien vivre dans mon quartier »

# Résumé de l'action

« Bien vivre dans mon quartier » est un projet avec les maisons de quartier qui consiste à proposer activités originales et diverses pour les seniors dans les quartiers afin de lutter contre l'isolement des personnes âgées. Les personnes seront réparties par groupe de 15 dans chaque maison de quartier. Elles auront à disposition entre 16 et 18 ateliers différents qui leur seront proposés avec différents acteurs à leur écoute comme des personnels de santé, des animateurs comme pour des ateliers informatiques ou autres. En plus des activités proposées par les maisons de quartiers, les personnes bénéficieront d'un suivi avec des conférences collectives mais aussi d'un suivi individuel et sur mesure.

# A qui s'adresse l'action?

Le projet « Bien vivre dans mon quartier » sera exclusivement dédié aux personnes âgées (+60 ans) en partenariat avec les maisons de quartier pour lutter contre l'isolement ainsi que favoriser les liens intergénérationnels. En revanche; dans le cadre d'autres dispositifs, les maisons de quartier resteront ouvertes pour les enfants, les mères célibataires...

#### Objectif(s):

- -Lutter contre l'isolement
- -Proposer une vie sociale et culturelle
- -Favoriser les liens intergénérationnels

# Politiques publiques visées :

L'accès à la pratique sportive pour tous.











#### **GIRL'S MOUV**



#### Résumé de l'action

Le dispositif Girl's Mouv est destinée aux femmes détenues dans le centre pénitencier de Bordeaux pour les aider à reprendre confiance en elles et restaure des envies par le biais de pratique sportive.

Le stade Bordelais propose deux activités par semaine au sein-même de la prison de Bordeaux: renforcement musculaire (Lundi/Mardi) et séances découverte sportive (danse, zumba, rugby, boxe...).

En plus de ces pratiques sportive, le stade bordelais a mis en place l'intervention d'une socio esthéticienne. Ces femmes ont le choix ou non de s'inscrire aux actions qu'elles souhaitent.

Girl's Mouv, c'est 68 réussites sur un projeté de 50 soit un taux de réalisation de 136% en septembre 2018 à août 2019. En moyenne la tranche d'âge des femmes qui se saisie le plus du dispositif est situé entre 30 et 49 ans.

# A qui s'adresse l'action?

Aux femmes en milieu carcérale (prison de Bordeaux)

#### Objectif(s):

Apaiser les angoisses

Réapprendre à s'intéresser à soi

Reprendre confiance et retrouver sa dignité

Revaloriser son image corporelle, souvent modifiée par la détention

Eviter la déprime et l'autodépréciation

# Politiques publiques visées :

L'accès à la pratique sportive pour tous

#### Contact

# Santé

# Sport santé bien-être

#### Résumé de l'action

Le sport santé bien-être pour tous englobe l'ensemble des activités physiques et/ou sportives vécues comme un « loisir », générant du mieux-être, du bien-être, de la détente et du plaisir, sans recherche de performances, et en phase avec les tendances et modes actuelles.

#### Activités proposées :

- -bien-être (yoga, mobilité, stretching, pilate, méditation, sophrologie...)
- -renforcement/ musculation
- -cardio-training

### A qui s'adresse l'action?

L'action est ouverte à toute personne voulant pratiquer un sport sans compétition pour entretenir leur capital santé (senior, personne en reprise d'activité, hommes, femmes, adolescents...).

#### Objectif(s):

- -Promouvoir l'activité physique et sportive comme un élément déterminant, à part entière, de santé et de bien-être, pour toutes et tous, tout au long de la vie.
- -l imiter la sédentarité
- -Créer du lien social
- -Permettre l'accès à une pratique sportive au plus grand nombre









































# Sport sur ordonnance

#### Résumé de l'action

-Activités physiques sur prescription médicale à destination des personnes ayant des maladies chroniques et ALD -Clubs référencés par le dispositif PEPS (En Nouvelle-Aquitaine, le dispositif PEPS « Prescription d'Exercice Physique pour la Santé » apporte des réponses à ces questions et offre aux médecins et à leurs patients un cadre partagé, validé et sécurisé afin de favoriser une pratique d'activité physique sur prescription médicale dans les meilleures conditions.)

#### Activités proposées :

- -bien-être (yoga, mobilité, stretching, pilate, méditation, sophrologie...)
- -renforcement/ musculation
- -cardio-training

#### A qui s'adresse l'action?

À tous les bénéficiaires porteurs d'une maladie chronique ou une ALD (prescription médicale).

#### Objectif(s):

- -Permettre à tous, quels que soient la pathologie, le niveau de pratique, l'âge, de pratiquer une activité physique dans un cadre sécurisé et adapté afin d'en ressentir les bienfaits.
- -Permettre à tous les bénéficiaires de se (re)mettre à une activité adaptée à ses besoins en bénéficiant d'un suivi personnalisé.
- Permettre une pratique adaptée et de proximité.
- -Limiter la sédentarité
- -Accompagner vers des sections de l'omnisports

















### **Escrime et Cancer du Sein**



### Résumé de l'action

Dans le cadre du sport-santé, la section escrime de l'ASSM propose "Escrime et Cancer du Sein" en complément de rééducation. Cette action est en partenariat avec l'hôpital Haut-Lévêque à Pessac.

#### A qui s'adresse l'action?

Cette action s'adresse aux femmes atteintes d'un cancer du sein.

#### Objectif(s):

Faciliter la reconstruction par le sport Lutter contre l'isolement dû à la maladie

#### **Contact**

Faget Vincent 06 08 70 83 05 vincentfaget@orange.fr

# Sport-santé bien-être en milieu rural



# Résumé de l'action

Certaines sections se sont construites autour du sport-santé bien-être :

- Gymnastique de détente ;
- Randonnée ;
- Yoga et plénitude;
- Karaté
- Budo-Taïjutsu
- cyclotourisme

# A qui s'adresse l'action?

Ces sections permettent la pratique de tous, et notamment les personnes âgées, quelque soit le niveau de pratique.

#### Objectif(s):

- Permettre la pratique de tous, et notamment des publics n'ayant pas pratiqué de sport auparavant ;
- Lutter contre la sédentarité et se maintenir en bonne santé ;
- Lutter contre l'isolement et permettre d'avoir une activité sociale

#### Politiques publiques visées :

Sport-santé bien-être

#### **Financement**

La municipalité de Bazas Subventions via les crédits ANS - Projets Sportifs Fédéraux. Le département de la Gironde Les commerçants et les entreprises locales

#### **Pour plus d'informations**

www.usbazas.fr

#### **Contact**

Jean-Claude Puyo contact@usbazas.frr 06 71 34 26 35

# 10 ans de sport-santé en famille



#### Résumé de l'action

Cet événement est l'occasion de découvrir ou de s'initier aux 17 activités sportives du club de l'ASCPA Omnisports. Au programme : initiations, participations, informations, et démonstrations des disciplines sportives. De plus, divers ateliers étaient proposés, tels que l'atelier cuisine/nutrition avec l'association Terre d'Adèle, des tests de forme, des défis en home-trainer avec la Fédération Française de cardiologie, associée à l'association des étudiants de santé ainsi qu'une exposition violences dans le sport animée par la F.F des Clubs Omnisports.

#### A qui s'adresse l'action?

À tout public

#### Objectif(s):

- Faire découvrir les activités sportives et culturelle que propose le club au grand public
- Sensibilisation à certaines thématiques (sportsanté, violence dans le sport...)

#### Politiques publiques visées :

- Sport et santé

#### **Comment s'y rendre**

• ASCPA: 27 Avenue du Président John Fitzgerald Kennedy, 33600 Pessac

BUS: Ligne 4 et 23 - Arrêt Carnot

TRAM: Ligne B: - Arrêt France Alouette

#### Contact

# **Maison-Sport-Santé de Bègles**





#### Résumé de l'action

Ouverte en septembre 2021, la Maison Sport Santé de Bègles est un point d'accueil et d'information de proximité. À travers ce dispositif, la Ville de Bègles entend lutter contre la sédentarité et l'isolement social, en rendant accessible la pratique sportive, contribuant ainsi au bien-être physique et psychologique. Le CA Béglais est partenaire de la MSS et accueille donc les usagers redirigés vers le club. Par ailleurs, pour permettre aux Béglais de s'initier à différentes pratiques sportives, le CAB offre un mois d'essai gratuit aux personnes inscrites à la Maison Sport Santé.

# A qui s'adresse l'action?

À tous les bénéficiaires porteurs d'une maladie chronique ou une ALD (prescription médicale).

#### Objectif(s):

- Offrir un accès à une activité physique et sportive au quotidien, à tous les moments de la vie ;
- Lutter contre la sédentarité et l'isolement social

#### Politiques publiques visées :

- Sport et santé

#### **Comment s'y rendre**

• CA Béglais : 1 Imp. Delphin Loché, 33130 Bègles BUS: Ligne 11 - Arrêt 14 Juillet / Ligne 15 - Arrêt Salengro

TRAM: Ligne C - Arrêt Stade Musard



# Le sport cérébral à l'AGJA



#### Résumé de l'action

Cette activité d'atelier mémoire destinée aux séniors vise à mieux savoir utiliser sa mémoire tout en s'exerçant aux techniques de mémorisation dans une ambiance conviviale.

Isabelle Veinhard, neuropsychologue, vous invite à explorer les différentes facettes du cerveau pour mieux les maîtriser dans la gestion du quotidien. L'activité est organisée par sessions de 10 séances d'une durée d'1h30 par semaine, en petit groupe de 12 personnes.

# A qui s'adresse l'action?

Aux séniors

#### Objectif(s):

- -Mieux savoir utiliser sa mémoire en s'exerçant aux techniques de mémorisation ;
- -Explorer les différentes facettes du cerveau pour mieux les maîtriser dans la gestion du quotidien.

#### Politiques publiques visées :

- Sport et santé

#### **Comment s'y rendre**

AGJA: Chartreuse de Lussy, 10 avenue Bel Air – 33200 Bordeaux

BUS: Ligne 16 et 41 - Arrêt Bel Air

# **Application Beyond**



#### Résumé de l'action

Développement d'une application BEYOND de captation journalière de l'état de forme physique & psychique de nos sportives et des jeunes suivis dans PREPAS SPORTS

# A qui s'adresse l'action?

L'application Beyond est accessible aux joueuses de l'équipe féminine Élite de la section rugby ainsi qu'aux membres du dispositifs PREPA SPORT.

#### Objectif(s):

- Connaître et avoir un suivi de l'état physique et psychologique des utilisateurs (douleurs physiques, énergie, sommeil, mental, espace d'expression)
- Permettre aux entraineurs d'adapter leurs séances par rapport à l'état physique et psychologique de leurs sportifs.

#### **Financement**

L'application Beyond a été financé dans le cadre de l'Appel à Projet SportTech lancé par la région Nouvelle-Aquitaine et soutenue institutionnellement par le Stade Bordelais Omnisports.

#### **Comment s'y rendre**

30 Rue Virginia, 33200 Bordeaux

• En bus:

Ligne 16: arrêt Murat Ligne 33: arrêt Virginia

#### **Contact**

Caroline Morda c.morda@stade-bordelais.com 06 68 96 83 34