



CROS
NOUVELLE-
AQUITAINE

Colloque régional sport santé



Mardi 20 septembre 2022

Maison Régionale des Sports - 2 Avenue de l'Université, 33400 Talence

Vers une nouvelle pratique physique et sportive ? Comment inscrire les activités physiques et sportives dans la ville de demain ?



**EN SEPTEMBRE
PARTICIPEZ À LA
RENTÉE SPORTIVE**

Plus d'informations sur
sentezvousport.fr

#BEACTIVE
Semaine européenne du sport



Ouverture

- **Monsieur SAID**, Président du **CROS Nouvelle-Aquitaine**
- **Monsieur LAMARQUE**, Délégué Régional Académique à la Jeunesse, à l'Engagement et aux Sports de la **DRAJES Nouvelle-Aquitaine**
- **Monsieur LAFRIQUE**, Vice-Président en charge du Sport et de la Vie associative de la **Région Nouvelle-Aquitaine**
- **Madame LAPORTE-PHOEUN**, Directrice de la protection de la santé et de l'autonomie à l'**ARS Nouvelle-Aquitaine**



Ambassadeurs « Sentez-vous Sport »

#SVS2022



PERLE BOUGE

- Double médaillée aux Jeux Paralympiques en aviron (2012 et 2016)
- Championne du monde (2018)
- Championne de France (2010, 2011 et 2012)



#BEACTIVE

Semaine européenne du sport

Ambassadeur Sentez-Vous Sport 2022

- Région Nouvelle-Aquitaine -



EN 3 MOTS, QUE REPRÉSENTE LE SPORT POUR VOUS ?

Plaisir, bien être, dépassement de soi



QUEL EST VOTRE MEILLEUR SOUVENIR SPORTIF ?

Les Jeux Paralympiques



SELON VOUS, COMMENT LE SPORT CONTRIBUE À UN MODE DE VIE SAIN ?

Il permet de maintenir un capital santé, de mieux vieillir et d'éviter ou de limiter certaines maladies



DANS QUEL SPORT AURIEZ-VOUS AIMÉ EXCELLER ?

L'aviron

**SENTEZ-VOUS
SPORT**

C'est bien plus que du sport !

Ambassadeurs « Sentez-vous Sport »

#SVS2022



 **GRÉGORY MALLET**

- Double médaillé d'argent aux Jeux Olympiques en relais 4x100m et 4x200m nage libre (2008 et 2012)
- Champion du Monde en relais 4x100m nage libre (2013)
- Champion d'Europe en relais 4x100m nage libre (2014)

#BEACTIVE

Semaine européenne du sport

Ambassadeur Sentez-Vous Sport 2022

- Région Nouvelle-Aquitaine -



EN 3 MOTS, QUE REPRÉSENTE LE SPORT POUR VOUS ?

Équilibre, santé et plaisir



QUEL EST VOTRE MEILLEUR SOUVENIR SPORTIF ?

Ma deuxième médaille d'argent olympique qui avait un goût de victoire



SELON VOUS, COMMENT LE SPORT CONTRIBUE À UN MODE DE VIE SAIN ?

Le sport permet de bouger et d'activer son corps pour évacuer certaines pressions psychologiques. Le fait de se dépenser et d'y prendre aussi un plaisir peut créer un équilibre



DANS QUEL SPORT AURIEZ-VOUS AIMÉ EXCELLER ?

Un sport mécanique : la moto

**SENTEZ-VOUS
SPORT**

C'est bien plus que du sport !

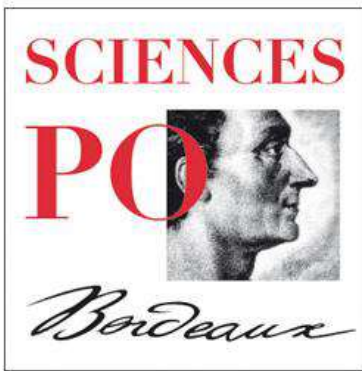
@CROSNAq #CROSNA - Colloque régional SSBE – 20 septembre 2022

1^{ère} table ronde

Un urbanisme favorable à l'activité physique : enjeux, opportunités, points de vigilance

Intervenants :

- **Marina HONTA**, Professeure des universités, **Université de Bordeaux**
- **Alain GUERINAUD**, Secrétaire général de l'association **Vélo-Cité Bordeaux**
- **Sophie HADDAK-BAYCE**, Architecte urbaniste chez **l'agence d'urbanisme Bordeaux Aquitaine (a'urba)**



université
de **BORDEAUX**



**Un urbanisme favorable à l'activité
physique :
enjeux, opportunités, points de vigilance**

Marina HONTA

Colloque régional sport santé bien-être
CROS Nouvelle-Aquitaine
20 septembre 2022

Le contexte : évoluer d'une doctrine à l'autre...

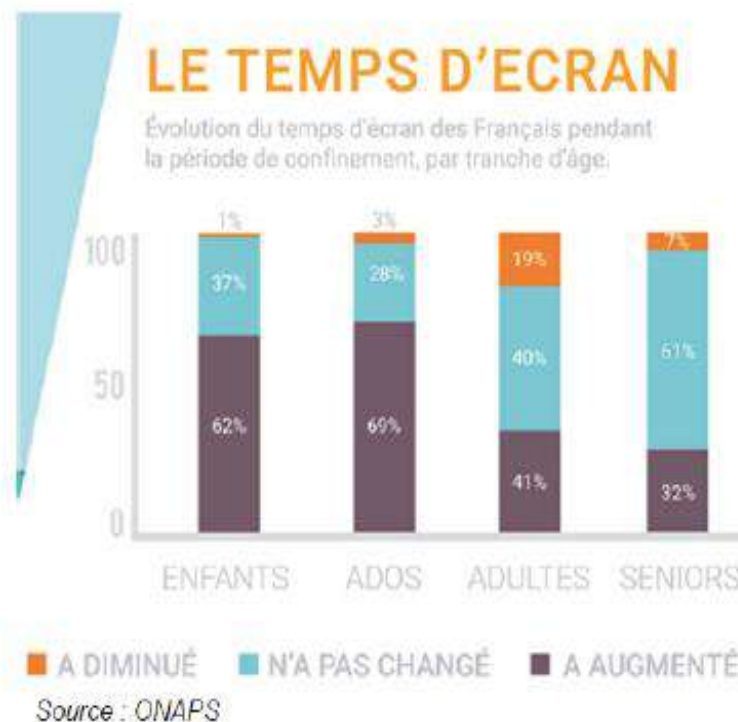
- Passage de conceptions dominantes présentant l'activité sportive (qu'elle soit pratiquée à haut niveau ou pas, en association ou pas) comme un risque sur le plan sanitaire (accidentologie, violences faites aux corps, déviances...)
- À un traitement de l'activité physique dans les rapports publics **qui inverse les symboliques du risque au cours des années 1990** : l'inactivité physique et la sédentarité deviennent des problèmes de santé publique à traiter (Génolini et Clément, 2010) : lancement du PNNS (2001) et de bien d'autres plans / lois nous invitant à « Bouger », ceci pouvant aller jusqu'à la prescription médicale d'activité physique (2016) : **lutter contre « les ravages de la sédentarité »**

Une nouvelle façon de mesurer le niveau d'activité physique

I. LES RAVAGES DE LA SÉDENTARITÉ ET LES BIENFAITS DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

A. LA SÉDENTARITÉ, UNE REALITÉ ACCENTUÉE PAR LA CRISE SANITAIRE

- 54 % des hommes et 44 % des femmes de 18 à 74 ans, 17% des enfants de 6 à 17 ans sont en surpoids ou obèses ;
- depuis 50 ans, les jeunes de 9 à 16 ans ont perdu 25 % de leur capacité physique ;
- 66 % des 11-17 ans présentent un risque sanitaire préoccupant avec plus de 2 h d'écran et moins de 60 min d'activité physique par jour ;
- 49 % présentent un risque sanitaire très élevé avec plus de 4 h 30 d'écran et/ou moins de 20 min d'activité physique par jour.



TRIBUNE

Régis Juanico

Ancien député (Génération.s) de la Loire de 2007 à 2022, expert en politique publique sportive

« Contre la sédentarité, il y a urgence à agir »

La promotion de l'activité physique régulière est un défi majeur à relever pour l'action publique dans la prochaine décennie souligne, dans une tribune au « Monde », Régis Juanico, ancien député et expert en politique publique sportive.

Publié le 20 août 2022 à 09h00 · Mis à jour le 20 août 2022 à 12h26 | 🕒 Lecture 3 min.

DÉBATS · MOBILITÉ



TRIBUNE

Collectif

Valérie Masson-Delmotte et Olivier Schneider : « L'Etat doit engager un plan Marshall pour le vélo »

Les bénéfices en matière d'environnement, de qualité de vie et de pouvoir d'achat doivent inciter les pouvoirs publics à développer des infrastructures sécurisées de circulation et de stationnement, estiment, dans une tribune au « Monde », la climatologue et le président de la Fédération française des usagers de la bicyclette.

Publié hier à 05h45, mis à jour hier à 08h59 | 🕒 Lecture 4 min.

Le contexte : évoluer d'une doctrine à l'autre...

- Passage d'une doctrine d'urbanisme, particulièrement structurante, consistant à « *adapter les villes à l'automobile* » (Georges Pompidou, 18 novembre 1971, siège du district de la région parisienne),
- à l'adoption d'une loi d'orientation des mobilités et d'un plan vélo **(2019)** visant à faire de la mobilité active ***un droit*** : adaptation de la ville au vélo et à la marche et, plus généralement, au *design actif*
- des enjeux multiples

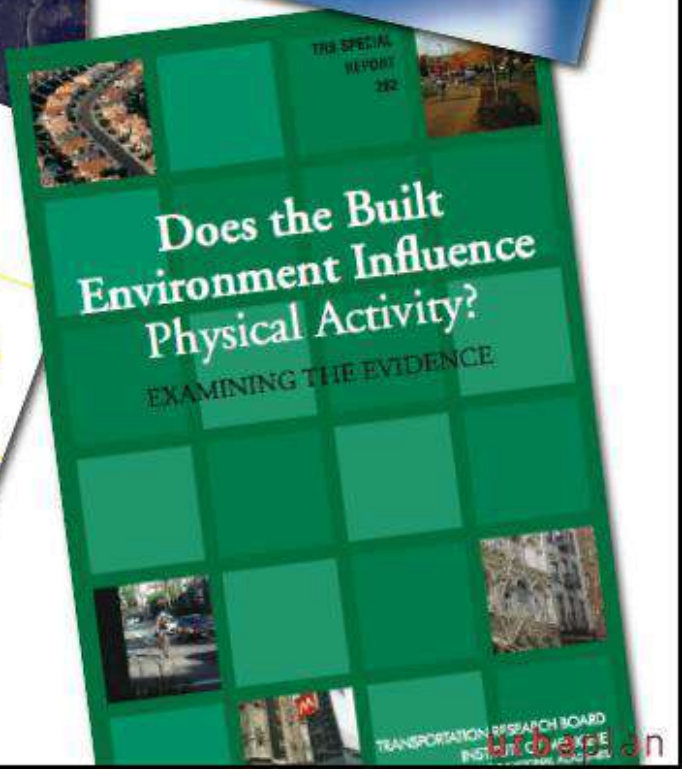
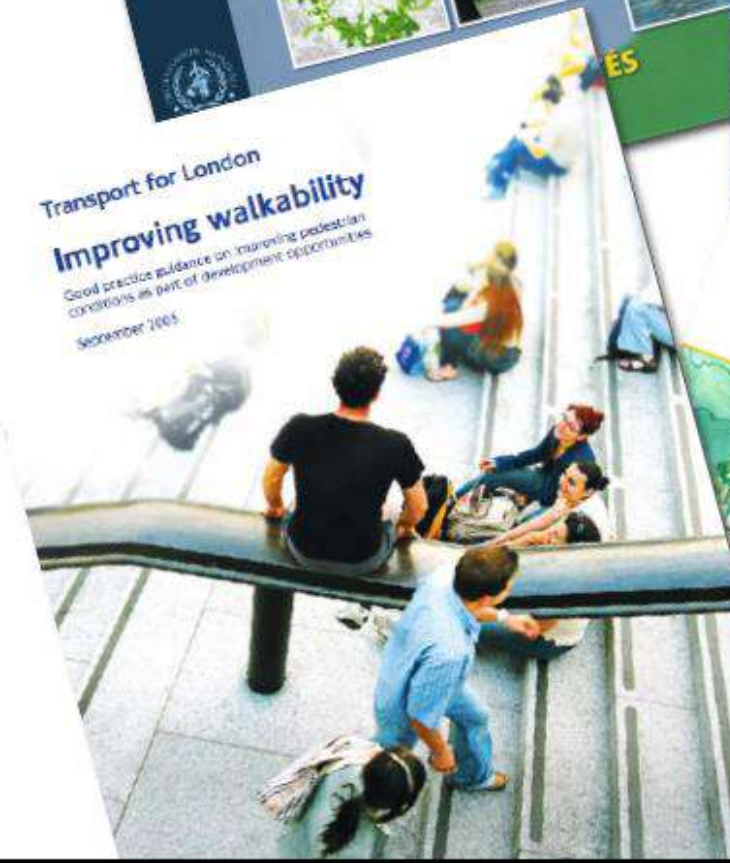
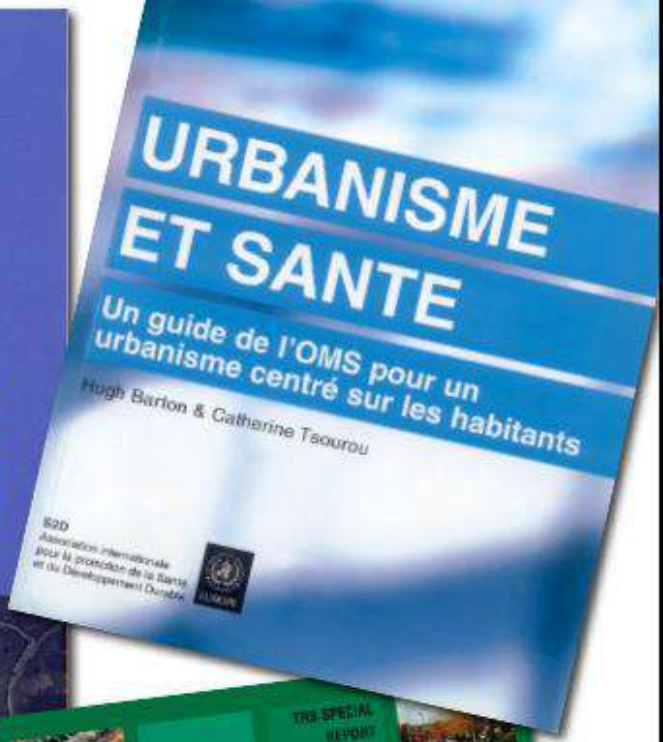
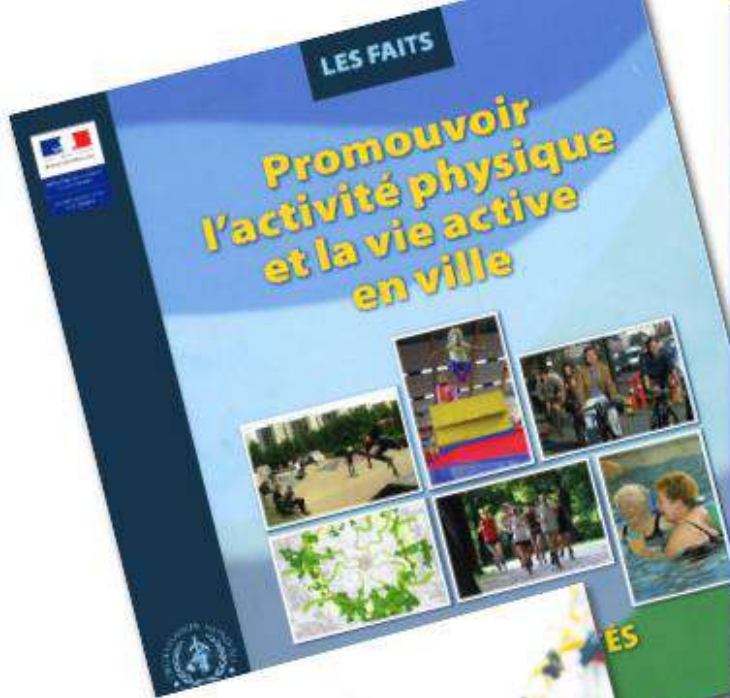
Les femmes privilégient les **activités de la forme** et **de la gymnastique** quand **les hommes** privilégient **les sports de cycle** ou **motorisés**.

Podium des univers les plus prisés des femmes et des hommes



Source : INJEP, Ministère des sports, CRÉDOC : Baromètre national des pratiques sportives, 2018.

Champ : Ensemble de la population âgée de 15 ans et plus résidant en France, DROM compris.



Les mécanismes et principes d'action publique à l'oeuvre

- Une mise à l'agenda d'abord locale puis nationale : le rôle joué par les acteurs publics locaux (ex. les villes « pionnières ») et leurs partenaires, les acteurs associatifs, une « officialisation » ensuite par le législateur / l'Etat central.
- Des crises (sanitaire, sociale) accélérant la prise en compte de ces « causes »
- Des mesures cherchant à agir :
 - ◆ sur les individus et leurs comportements : aides financières (« coups de pouce », Pass sport...), montée en compétences par des dispositifs d'éducation à, campagnes de sensibilisation, etc.... **ET**
 - ◆ sur les acteurs collectifs (publics, associatifs, entreprises) obligés et/ou incités à organiser des « environnements favorables » : savoir rouler, accessibilité et sécurisation des sites et aménagements, financement de projets et sites/espaces « innovants » (plan 5000 équipements sportifs de proximité, etc.)
- Des avancées incontestables mais des points de vigilance qui émergent (risque de désengagement voire de découragement des acteurs)

MANGER, BOUGER, C'EST LA SANTÉ



EAU
à volonté

BOUGEZ
AU MOINS
30 MINUTES
PAR JOUR



LÉGUMES
FRUITS

au moins
5 par jour



FÉCULENTS

à chaque
repas



LAIT
FROMAGE
YAOURT

3 par jour



VIANDE OU
POISSON OU
OEUF

1 à 2 fois
par jour



MATIÈRES GRASSES
PRODUITS SUCRÉS OU SALÉS

à limiter

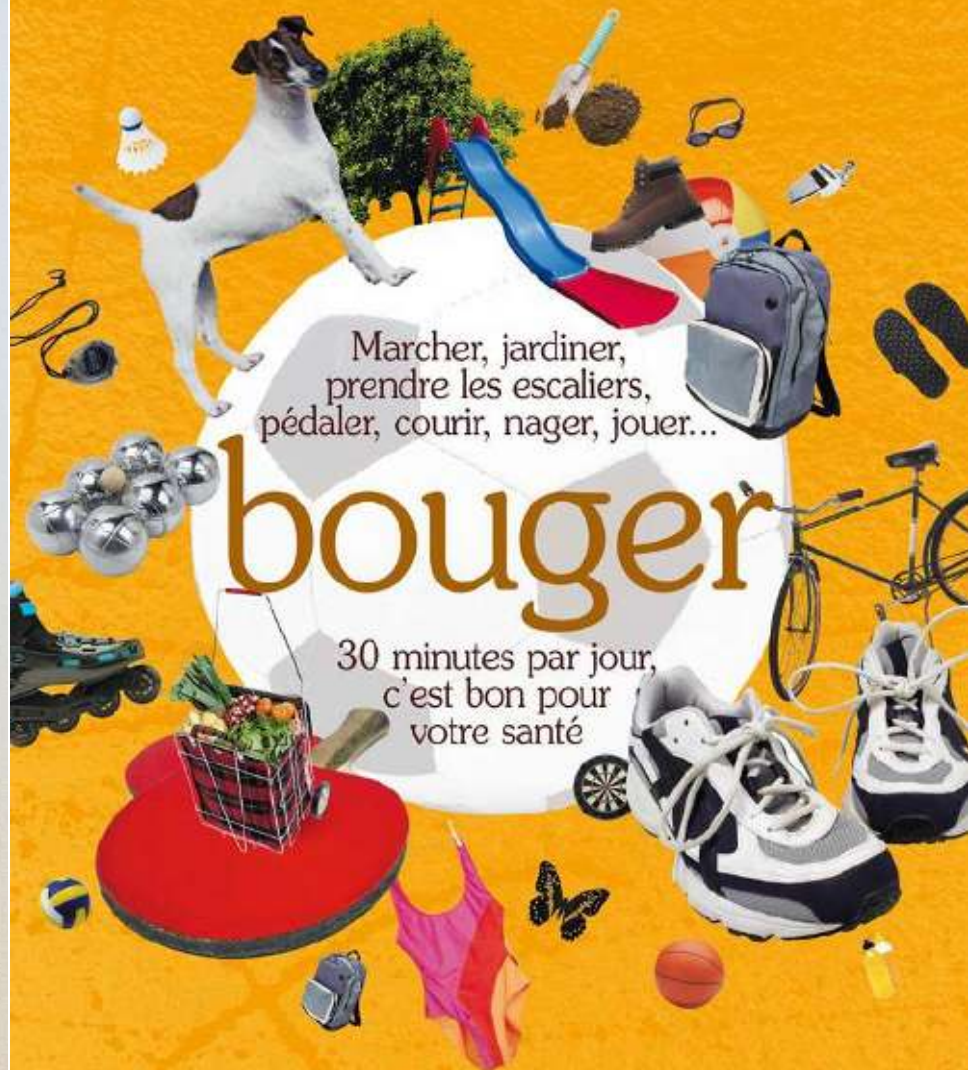


ATTENTION
AUX GRAISSES, SUCRES
ET SEL CACHÉS

Marcher, jardiner,
prendre les escaliers,
pédaler, courir, nager, jouer...

bouger

30 minutes par jour,
c'est bon pour
votre santé



ania

Avec le partenariat de :



tous à table



Bouger, c'est la santé !



1, 2, 3
partez!



Vos repères activité physique

Durée : au moins 30 minutes chaque jour (si possible 10 minutes à la fois).

Régularité : tous les jours.

Intensité : modérée.



Au moins l'équivalent de 30 minutes de marche rapide chaque jour protège votre santé.

Et en plus, c'est bon pour le mental !
Alors chaque jour, profitez de toutes les occasions pour bouger !



En pratique, pour BOUGER PLUS chaque jour...

Une notion simple : même d'intensité modérée*, l'activité physique est bénéfique pour votre santé et vous pouvez facilement l'intégrer dans votre vie quotidienne, à de multiples occasions, en fonction de vos habitudes et de vos possibilités :

- ▶ faire les trajets courts à pied ou à vélo plutôt qu'en voiture,
- ▶ descendre un arrêt de bus ou du métro plus tôt,
- ▶ accompagner vos enfants à l'école à pied en marchant aussi vite qu'eux ou à vélo,
- ▶ profiter de la pause déjeuner pour sortir marcher 15 minutes,
- ▶ mettre plus d'énergie dans vos gestes et activités au quotidien...

Mais vous pouvez également en fin de semaine :

- ▶ aller à la piscine,
- ▶ programmer des promenades avec les enfants,
- ▶ vous inscrire à un club sportif ou de danse...

*Exemples d'activités d'intensité modérée : marche rapide, jardinage, port de charges de quelques kilos, danse, vélo, natation...

Et aussi diminuer le temps passé devant l'écran (télévision ou d'ordinateur)...

Sédentarité ou santé: Il faut choisir!

L'inactivité physique est l'une des 10 premières causes de décès, de maladies et d'incapacité.

- Un enfant sur quatre est en surpoids.
- Nos grands-parents marchaient pour se déplacer.
- Combien de pas faites-vous aujourd'hui ?

Santé en marche

Combien de pas faites-vous par jour?

La ville, terrain de sport géant, sans règles ni limites

À Genève, les pratiques sportives urbaines se multiplient, se diversifient et s'éclatent.



ESTELLE LUCIN

Sous les apparences, la Genève sportive en ville offre un spectacle inédit. Les défis de grimpe, les parcours urbains, les pratiques de fitness géant, les ateliers de yoga, les ateliers de danse, les ateliers de théâtre, les ateliers de cuisine, les ateliers de peinture, les ateliers de sculpture, les ateliers de musique, les ateliers de danse, les ateliers de théâtre, les ateliers de cuisine, les ateliers de peinture, les ateliers de sculpture, les ateliers de musique.

réalisant de ces ateliers en tant que directeur de la ville de Genève, les ateliers de théâtre, les ateliers de cuisine, les ateliers de peinture, les ateliers de sculpture, les ateliers de musique, les ateliers de danse, les ateliers de théâtre, les ateliers de cuisine, les ateliers de peinture, les ateliers de sculpture, les ateliers de musique.

de ces ateliers de théâtre, les ateliers de cuisine, les ateliers de peinture, les ateliers de sculpture, les ateliers de musique, les ateliers de danse, les ateliers de théâtre, les ateliers de cuisine, les ateliers de peinture, les ateliers de sculpture, les ateliers de musique.



Le parkour. Genève compte une communauté de pratiquants inventifs et créatifs.



Le fitness géant. Tous les dimanches, les quais des Pâquis accueillent des centaines de pratiquants du fitness géant.

de ces ateliers de théâtre, les ateliers de cuisine, les ateliers de peinture, les ateliers de sculpture, les ateliers de musique, les ateliers de danse, les ateliers de théâtre, les ateliers de cuisine, les ateliers de peinture, les ateliers de sculpture, les ateliers de musique.

de ces ateliers de théâtre, les ateliers de cuisine, les ateliers de peinture, les ateliers de sculpture, les ateliers de musique, les ateliers de danse, les ateliers de théâtre, les ateliers de cuisine, les ateliers de peinture, les ateliers de sculpture, les ateliers de musique.



Le fitness géant.

Le fitness géant est une pratique de fitness qui se pratique en plein air, sur des équipements installés dans des parcs ou des promenades.

Apprendre à transformer la ville en fitness géant

L'urban training débarque mardi à Genève. Le principe? Détourner le mobilier urbain pour faire du sport. En avant-goût, petit test sur le parcours lausannois. Musclé!

TEXT: JÉRÔME PROUK
PHOTOS: VANESSA CARROSSI

C'est bien connu à chaque printemps, les habitants de Genève et de sport amateurs de plus en plus nombreux à pratiquer le fitness géant. Le principe est simple: utiliser le mobilier urbain pour faire du sport. Ce terme vient de l'anglais "urban training". Il se traduit par "entraînement en milieu urbain".

Le principe est simple: utiliser le mobilier urbain pour faire du sport. Ce terme vient de l'anglais "urban training". Il se traduit par "entraînement en milieu urbain".

Ateliers et ateliers

La première séance, organisée par l'association "Urban Training", aura lieu le mardi 2 septembre à 18h30, au Parc de la Grange, devant la gare de la Grange. L'objectif est de faire découvrir aux participants les différents équipements de fitness géant installés dans la ville.

Le principe est simple: utiliser le mobilier urbain pour faire du sport. Ce terme vient de l'anglais "urban training". Il se traduit par "entraînement en milieu urbain".



Urban training. Une séance de fitness géant, devant la gare de la Grange.



Le fitness géant. Une séance de fitness géant, devant la gare de la Grange.



Le fitness géant. Une séance de fitness géant, devant la gare de la Grange.



Le fitness géant. Une séance de fitness géant, devant la gare de la Grange.

20
TERRE
DE JEUX
24




RÉPUBLIQUE
FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

AGENCE
NATIONALE
DE LA COHÉSION
DES TERRITOIRES

ACTION COEUR DE VILLE & TERRE DE JEUX 2024

LE DESIGN ACTIF

**Un outil novateur pour faire bouger la population
et renforcer l'attractivité des centres-villes !**



Aménager la ville, oui mais pour qui ?

- Des usages de l'espace public et des dispositifs d'action publique qui **restent socialement et territorialement situés** :
- **Les pratiquants les plus réguliers, à tous les âges de la vie, sont des cadres intermédiaires et supérieurs, diplômés, plutôt urbains, peu exposés au travail corporel et aux risques professionnels divers et davantage familiaux que d'autres d'une bonne alimentation, d'une bonne hygiène de vie et de la fréquentation régulière et préventive des professionnels de santé**
- L'adolescence : une période charnière de construction des identités sexuées (Mardon, 2009), durant laquelle « ***tout se passe comme si les garçons investissaient les espaces publics lorsqu'ils ne trouvent plus de réponses dans des pratiques encadrées, alors que les filles disparaissent de ces espaces et se replient vers la sphère privée*** » (Maruéjols, 2011).

Des usages sociaux de l'espace public

Tableau 1 Pratiques du vélo des adolescent(e)s (11-18 ans) selon le sexe

X se déplace à vélo	Garçons	N	Filles	N
régulièrement	31 %	508	12 %	172
occasionnellement	38 %	632	40 %	570
jamais	31 %	509	48 %	687
Total		1 649		1 429

Les facteurs associés à la pratique d'AP et à la sédentarité (ANSES, 2016)

Revue de la littérature de Bauman et al. (2012) : principaux facteurs positivement associés à l'AP sont les suivants :

- démographiques : jeune âge (au sein de chaque population d'âge considérée), sexe masculin, bon état de santé et niveau d'éducation élevé
- psychosociaux : niveau élevé d'auto-efficacité et de compétence physique perçue, bonne image de soi et plaisir à pratiquer
- comportementaux : antécédents de pratique
- environnementaux :
 - liés à l'environnement physique : potentiel piétonnier du quartier élevé, connectivité des rues, proximité des destinations non résidentielles (commerces, lieux de loisirs), accessibilité des équipements de pratique sportive, densité de population élevée, sécurité du trafic, facilité d'utilisation des transports publics ;
 - liés à l'environnement social : soutien social.

Des usages spatiaux des dispositifs

S'agissant des politiques publiques mises en oeuvre en faveur du vélo, des disparités territoriales s'observent avec des territoires urbains qui s'avèrent être les principaux bénéficiaires de ces mesures (Morio et Raimbault, 2021).

- Les mesures à destination des usagers à l'image du Coup de Pouce Vélo réparation et du Coup de Pouce Remise en selle étaient relativement bien réparties sur le territoire (enquête de la Fub et Rozo dans laquelle 94 % des sondés se disaient satisfait de la proximité des réparateurs).
- Inversement, la mise en oeuvre des pistes cyclables transitoires **s'avère géographiquement plus contrastée**. Les aménagements se concentrent dans les zones denses, et sont peu nombreux dans les territoires à dominante rurale.

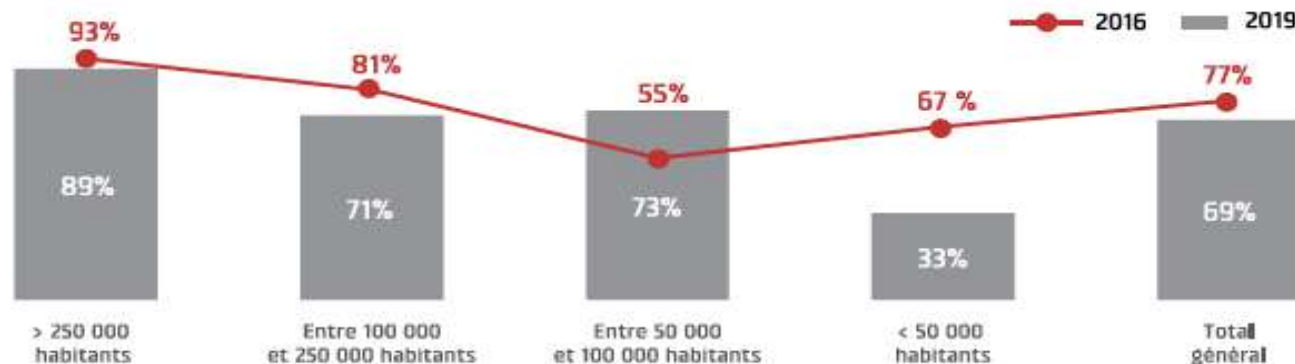
Des usages territoriaux des dispositifs (CVTCM, 2022)

PART MODALE SELON LE TYPE DE TERRITOIRE

Type de territoires	Nombre de communes	Moyenne des parts modales vélo (INSEE – 2017)
Communes denses	771	2,33
Communes de densité intermédiaire	3 386	1,35
Communes peu denses	18 738	0,69
Communes très peu denses	12 008	0,55

En 2016	En 2019
77%	69%
des collectivités déclarent avoir un chargé de mission vélo au sein de leurs services.	

Présence d'un chargé de mission vélo dans le périmètre



Des usages sociaux et spatiaux de l'espace public

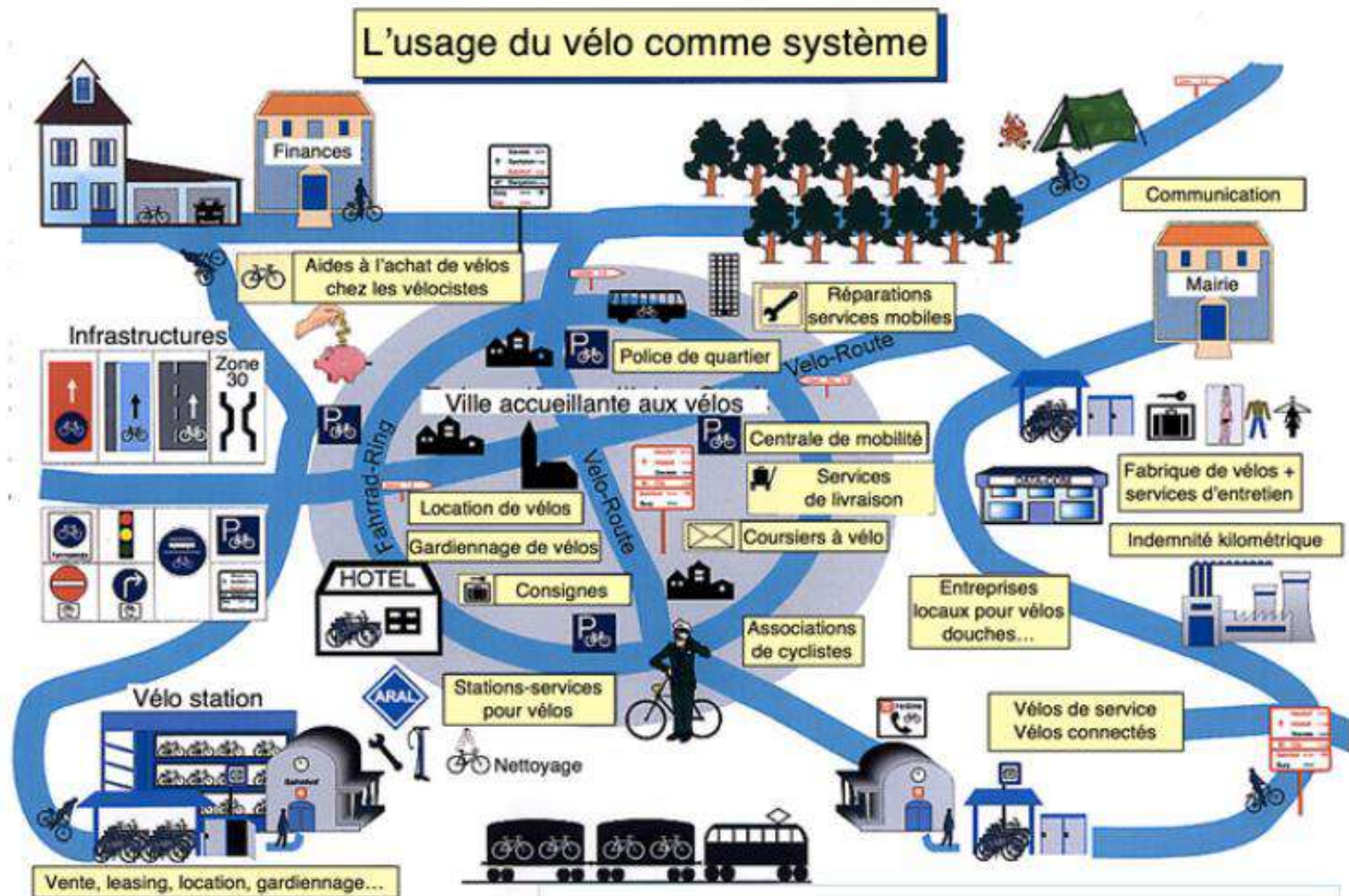
- Des logiques de non recours aux aménagements / sites / dispositifs qui peuvent avoir des explications multiples
- Des formes d'accompagnement différenciées à collectivement élaborer, organiser, faire connaître
- Des formes de participation et de valorisation des savoirs d'usages des habitant.e.s à renforcer pour permettre une meilleure acceptabilité sociale et appropriation des aménagements envisagés/conçus
- Ces processus réflexifs et participatifs demandent temps et pédagogie

« Faire (éco)système » par des projets partenariaux et intersectoriels : les coûts exprimés de l'innovation

Une action globale et partenariale précieuse pour organiser **des parcours coordonnés** suppose :

- ◆ De sortir de ses codes et routines professionnelles et de travailler avec des « mondes professionnels » que l'on connaît peu ou pas
- Or, les modes de socialisation professionnelle des acteurs en présence diffèrent : formations initiales, contraintes, routines et codes professionnels, finalités et enjeux perçus (sportifs, environnementaux, urbanistiques, sanitaires et économiques, etc.)
- ◆ D'accepter de passer d'une logique de concurrence à une logique d'alliance (« coopétition »)

Concevoir des environnements favorables à la pratique par une approche transversale et intégrée



(BMVBW, 2002, p. 28, traduction : F. Héran)

→ LE DESIGN ACTIF, QU'EST-CE QUE C'EST ?

UNE ARTICULATION NATURELLE AVEC LES OBJECTIFS DE LA COLLECTIVITÉ

INITIATIVES PUBLIQUES
& POLITIQUES LOCALES

NOUVELLES APPROCHES
& CONCEPT ÉMERGENTS

Aménagement & Urbanisme

Espaces publics attractifs

Espaces ludo-sportifs dédiés

Ville à hauteur d'enfants

Mobilité douce

Parcours urbains actifs

Nouvelle offre de proximité

"Ville du quart d'heure"

Santé

Activité physique régulière

Offre pour les publics éloignés
du sport

Ville inclusive

Sport

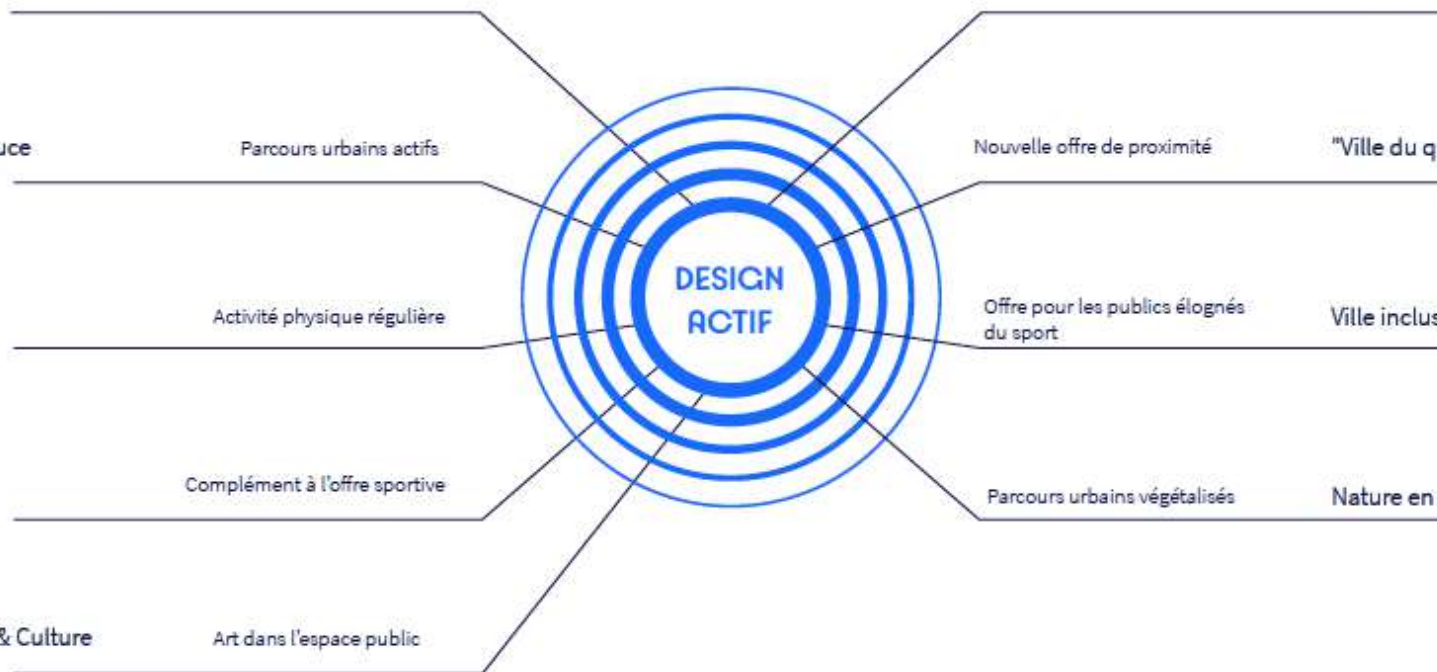
Complément à l'offre sportive

Parcours urbains végétalisés

Nature en ville

Patrimoine & Culture

Art dans l'espace public



Des acteurs locaux invités à concevoir des projets partenariaux et intersectoriels : les coûts de l'innovation

*« Ca n'a pas été simple parce qu'au départ, il y avait un peu de concurrence. On a des associations qui font beaucoup... Il y en a plein qui font un peu la même chose mais avec leur dispositif spécifique. Globalement donc, ça n'a pas été facile, **mais on a la chance que les gens se parlent dans ce département**, je dis bien dans ce département, qu'ils se disent des choses. Et quand on les met autour d'une table et qu'on explique clairement, ça roule, c'est-à-dire qu'on trouve toujours des terrains d'entente. **On est parti de très loin et honnêtement, il a bien fallu deux ans pour qu'on arrive à se comprendre.** Cela s'est fait **à force de réunions, à force de projets communs, à force de vouloir construire ce projet de passerelle, à force de monter un dossier en commun pour la Fondation de France pour obtenir des financements, ce qui a été le cas. Il a bien fallu que tout le monde se mette autour de la table et discute** » (une salariée d'un CDOS).*

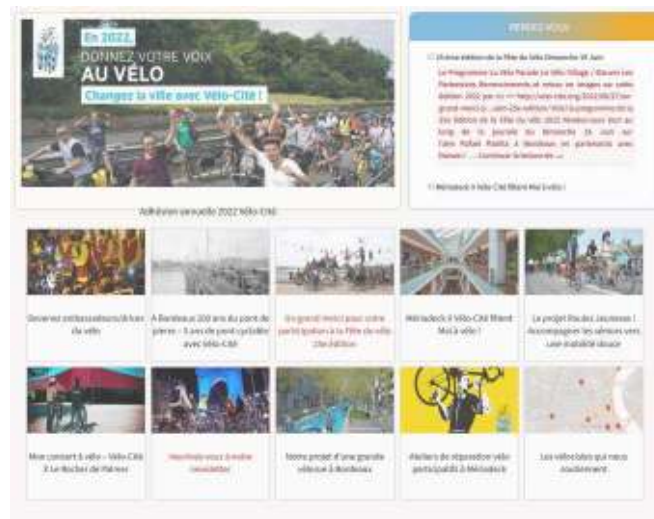
Colloque sport-santé



20 septembre 2022

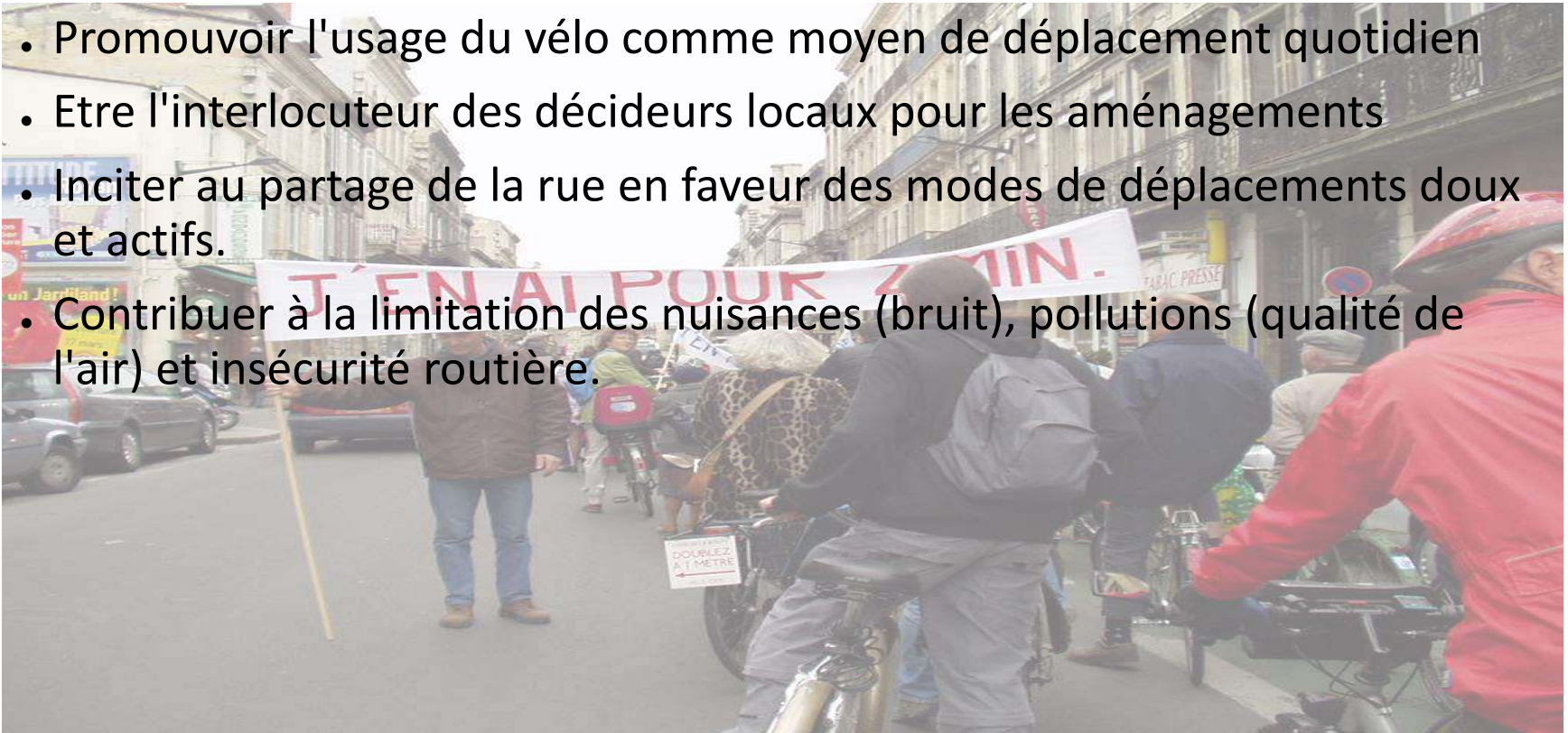
Qui sommes-nous ?

Une association Loi 1901, créée en janvier 1980, dont le but est la promotion et la défense de l'usage du vélo au quotidien dans l'ensemble de la métropole bordelaise



Nos objectifs

- Promouvoir l'usage du vélo comme moyen de déplacement quotidien
- Etre l'interlocuteur des décideurs locaux pour les aménagements
- Inciter au partage de la rue en faveur des modes de déplacements doux et actifs.
- Contribuer à la limitation des nuisances (bruit), pollutions (qualité de l'air) et insécurité routière.





AMÉNAGEMENTS
CYCLABLES
& STATIONNEMENT



FORMATION
& PÉDAGOGIE

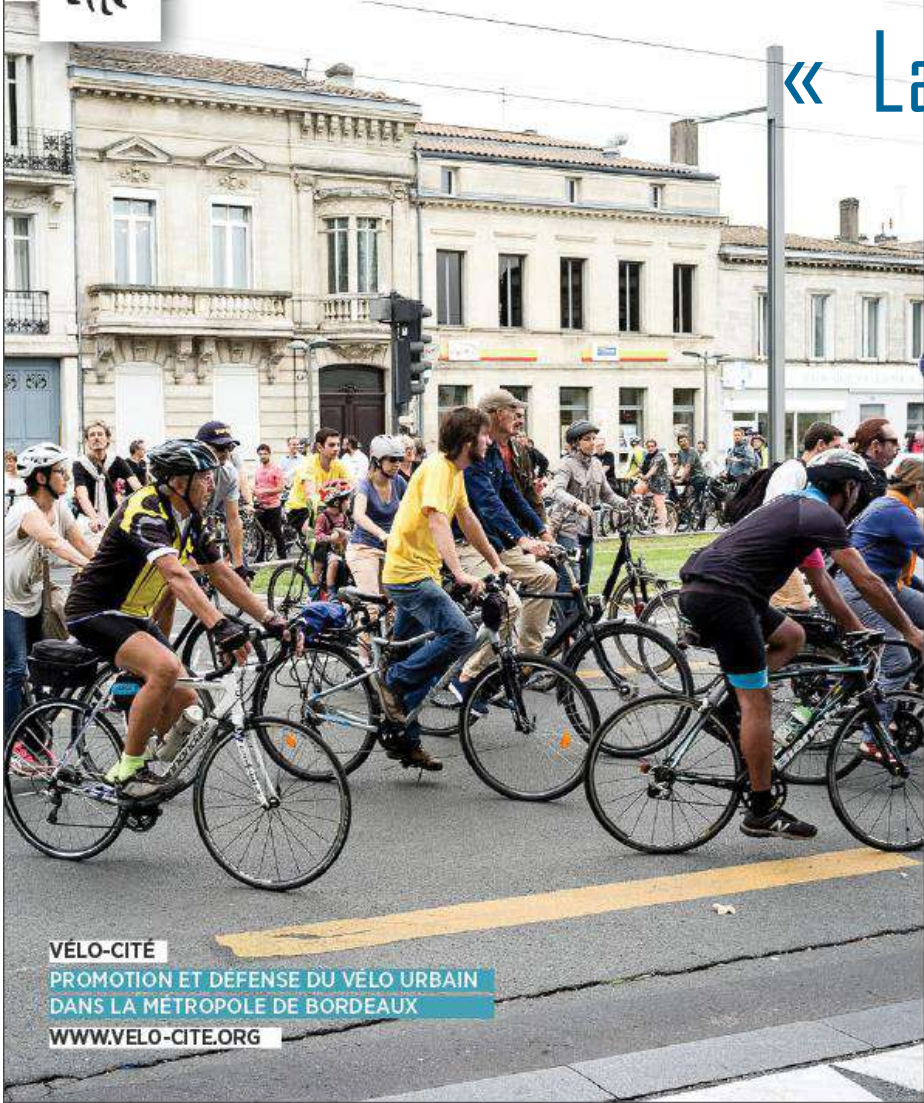


PROMOTION
SENSIBILISATION





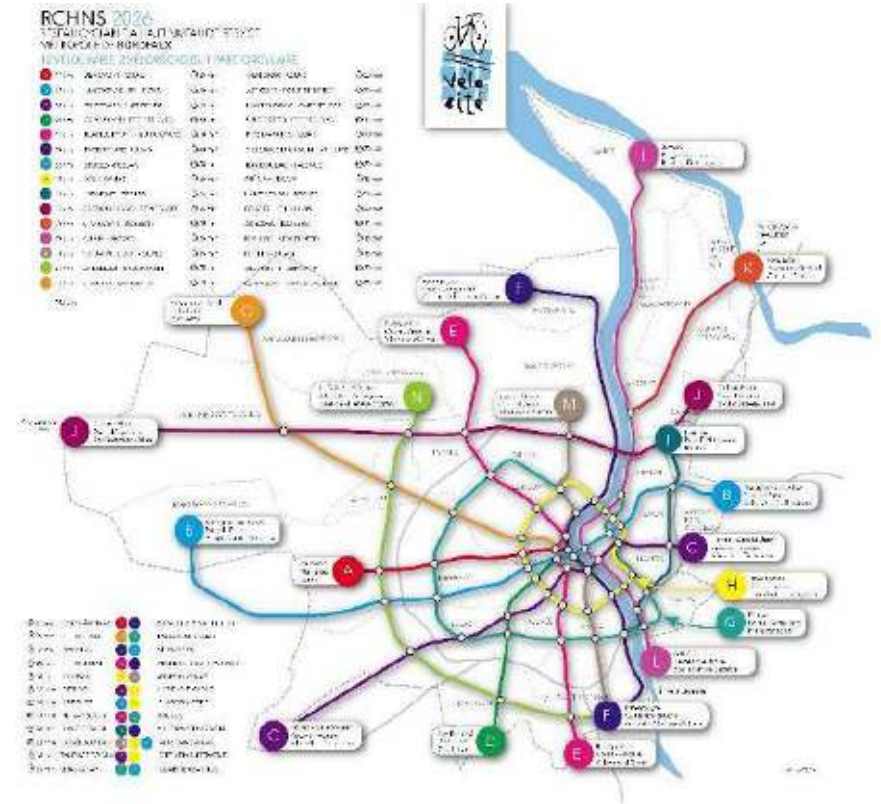
PLAIDOYER MUNICIPALES 2020
POUR "LA MÉTROPOLE À VÉLO"



VÉLO-CITÉ
PROMOTION ET DÉFENSE DU VÉLO URBAIN
DANS LA MÉTROPOLE DE BORDEAUX
WWW.VELO-CITE.ORG

Plaidoyer

« La métropole à vélo »





Pédagogie / Formation <



Programme « Vélo-Cité Entreprises »

Agir pour les changements de comportement

Pourquoi avons-nous créé ce programme ? (en 2016)

- Inciter et accompagner les décideurs / chefs d'entreprise dans la mise en place de « plans de mobilité vélo » en interne
- Convaincre les salarié(e)s / agents d'utiliser le vélo pour leur déplacement domicile - travail
- Animer la « communauté vélotaf »

ADEME



Agence de l'Environnement
et de la Maîtrise de l'Energie

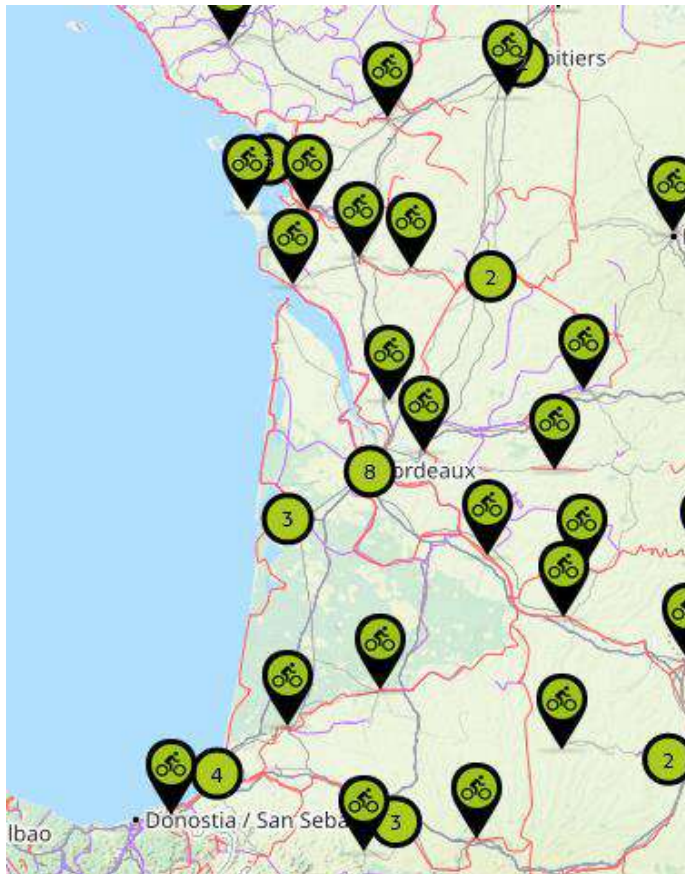


La Maison itinérante du vélo





- Le réseau de la Fédération
- des Usagers de la Bicyclette



Vélo école

Apprendre à faire du vélo ou "se remettre en selle" dans une vélo-école. Gagner en liberté et en autonomie en se déplaçant à vélo !

[TOUT SUR LES VÉLO-ÉCOLES, ICI !](#)



Alvéole Plus

Des financements pour du stationnement vélo, des prestations de conseils, et des actions de sensibilisation à l'écomobilité.

[EN SAVOIR + SUR ALVÉOLE PLUS](#)



Objectif Employeur Pro-Vélo

Un accompagnement sur mesure pour inciter les employeurs (publics, privés et associatifs) à développer une véritable culture vélo au sein de leurs établissements.

[TOUT SAVOIR SUR OEPV ICI](#)



Parlons Vélo

Le site du plaidoyer de la FUB, avec le Baromètre des villes cyclables, le Livre blanc de la FUB, et bien plus encore...

[DÉCOUVREZ LE SITE PARLONS VÉLO](#)

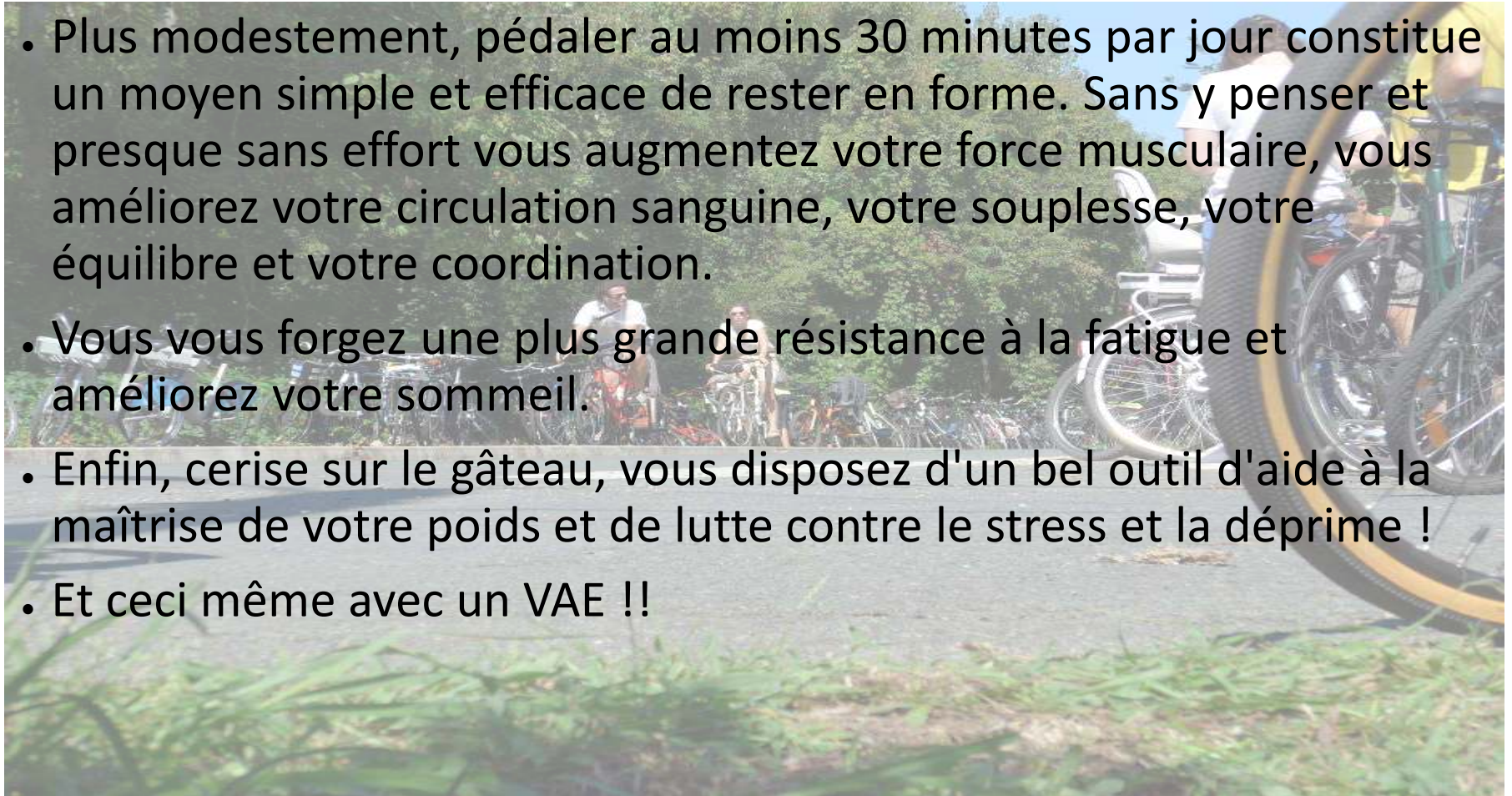




- Sport – santé, très bien...
- mais se déplacer à bicyclette pour aller au travail, chez le coiffeur, chercher son pain
 - ce n'est pas du sport diront certains !
- C'est quand même bon pour la santé ?
- Entendons nous donc sur ce terme de « sport »

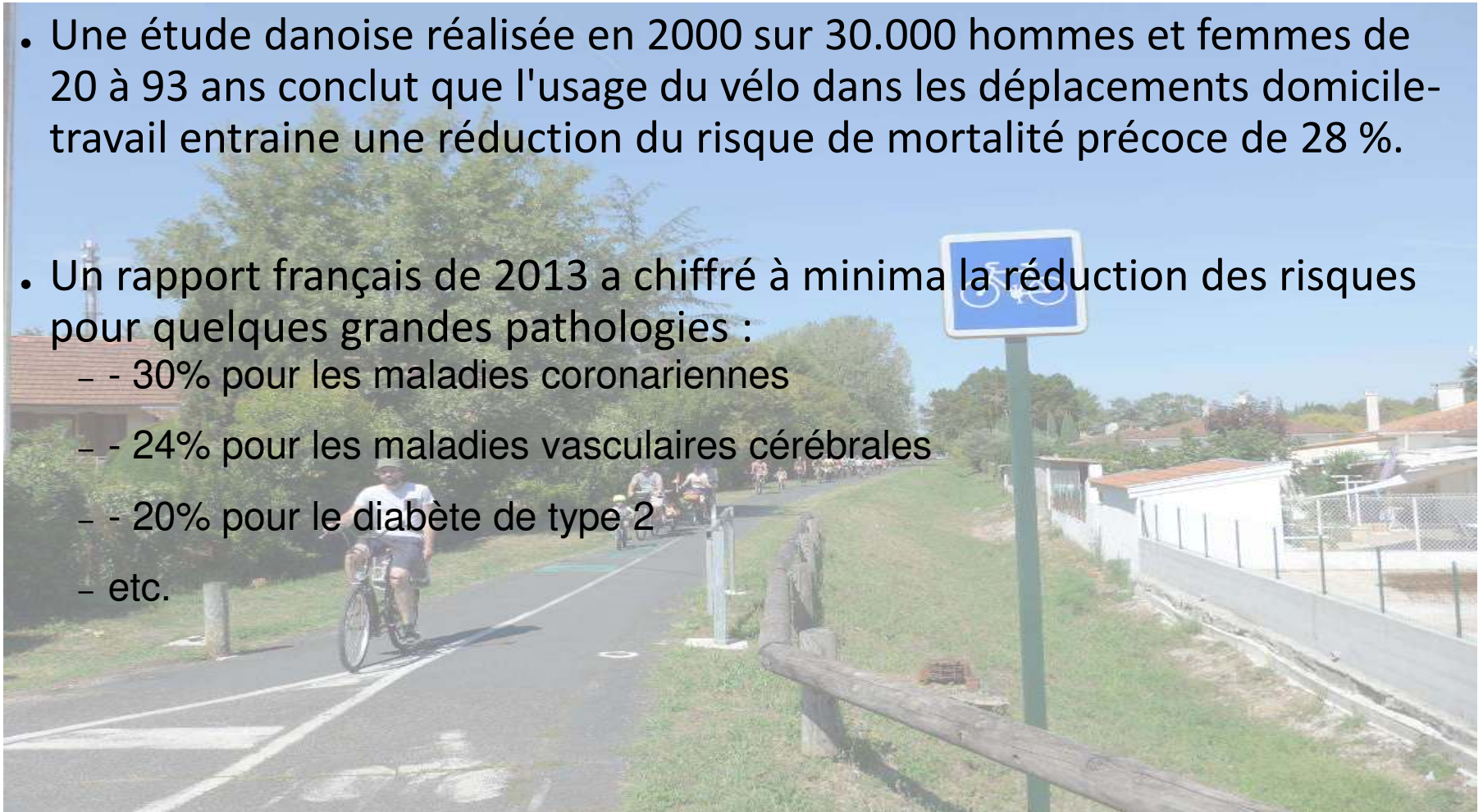
Et garder la forme ...

- Plus modestement, pédaler au moins 30 minutes par jour constitue un moyen simple et efficace de rester en forme. Sans y penser et presque sans effort vous augmentez votre force musculaire, vous améliorez votre circulation sanguine, votre souplesse, votre équilibre et votre coordination.
- Vous vous forgez une plus grande résistance à la fatigue et améliorez votre sommeil.
- Enfin, cerise sur le gâteau, vous disposez d'un bel outil d'aide à la maîtrise de votre poids et de lutte contre le stress et la déprime !
- Et ceci même avec un VAE !!



C'est ce que tendent à prouver certaines études

- Une étude danoise réalisée en 2000 sur 30.000 hommes et femmes de 20 à 93 ans conclut que l'usage du vélo dans les déplacements domicile-travail entraîne une réduction du risque de mortalité précoce de 28 %.
- Un rapport français de 2013 a chiffré à minima la réduction des risques pour quelques grandes pathologies :
 - - 30% pour les maladies coronariennes
 - - 24% pour les maladies vasculaires cérébrales
 - - 20% pour le diabète de type 2
 - etc.



Colloque sport-santé



Merci pour votre attention

Ateliers physiques et sportifs

Le Comité régional Nouvelle-Aquitaine des Arts Energétiques et Martiaux Chinois, propose deux ateliers en même temps sur deux sessions :

De 12h30 à 13h15 :

- atelier Kung Fu avec Christophe
- atelier Échauffement Taïchi/Qi Gong avec Laurence

De 13h15 à 13h45 :

- atelier Kung Fu avec Christophe
- atelier Échauffement Taïchi/Qi Gong avec Laurence

2^{ème} table ronde

Témoignages sur des actions en cours et des exemples de solutions innovantes

Intervenants :

- **Matthieu PEYRELONGUE**, Directeur général de la SAS Frontpark qui commercialise le (W)ALL
- **Céline CHAMPAGNE**, Cheffe du projet Action cœur de ville et **Steve GUEDON**, Chargé de mission à la direction des sports **Grand Châtelleraut**
- **Lise ANDRIEU**, Chargée de mission cœur de **ville Bressuire**
- **Pascale BOURDIER**, Elue au **CRUSEP** et **CROS NA**

T

UN PARK DE
SKATE BOARD

(W)ALL

LIEU DE PARTAGE SPORTIF

UN TERRAIN
DE BASKET

WALL (W)ALL

Une vieille histoire

Un confinement

Une rencontre

Résoudre le « trilème Intégr»



(W)ALL devait être :

Intégr(é)

Intégr(ant)

Intégr(al)

(W)ALL est plus qu'un mur

(W)ALL est libre

(W)ALL est sur mesure

(W)ALL est sportif, politique, urbanistique



Des pro



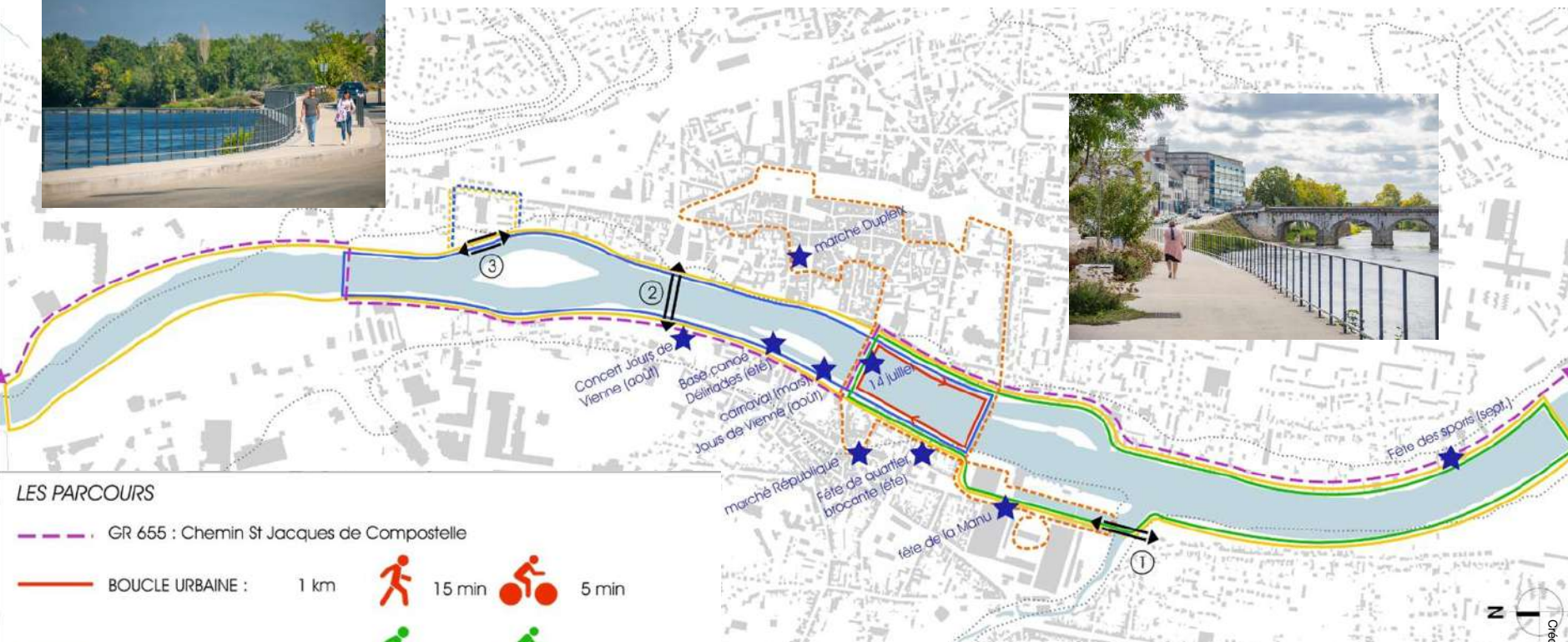


Merci pour votre attention

CHÂTELLERAULT
CŒUR D'AGGLO
ACTION!

Présentation Design Actif Châtellerault





LES PARCOURS

GR 655 : Chemin St Jacques de Compostelle					
BOUCLE URBAINE :	1 km		15 min		5 min
BOUCLE SUD :	4,5 km		50 min		15 min
BOUCLE NORD :	4 km		45 min		15 min
GRANDE BOUCLE :	10 km		2h		45 min
PARCOURS ARCHITECTURAL :	4 km		2h (nombreux arrêts commentés)		

★ **EVENEMENTIEL & MANIFESTATIONS AUTOUR DE LA VIENNE**

↔ **ENJEUX DE LIAISONS**

- ① franchissement de l'Ervigne
- ② liaison Châteauneuf > centre ville
- ③ le moulin du bien nourri



Reconquête des Bords de Vienne



Développer un parcours pour la lisibilité du centre-ville



**ASSURER LA CONTINUITÉ
DU PARCOURS MARCHAND**

- DÉVELOPPER LA CONTINUITÉ MARCHANDE DEPUIS BLOSSAC
VERS LES BORDS DE VIENNE

Illustration du parcours en centre-ville



Lien de la gare à
l'esplanade F.
Mitterrand



Place Émile Zola



Pas oranges et bleus rue Lafayette,
place Duplex et rue Gaudeau Lerpinière

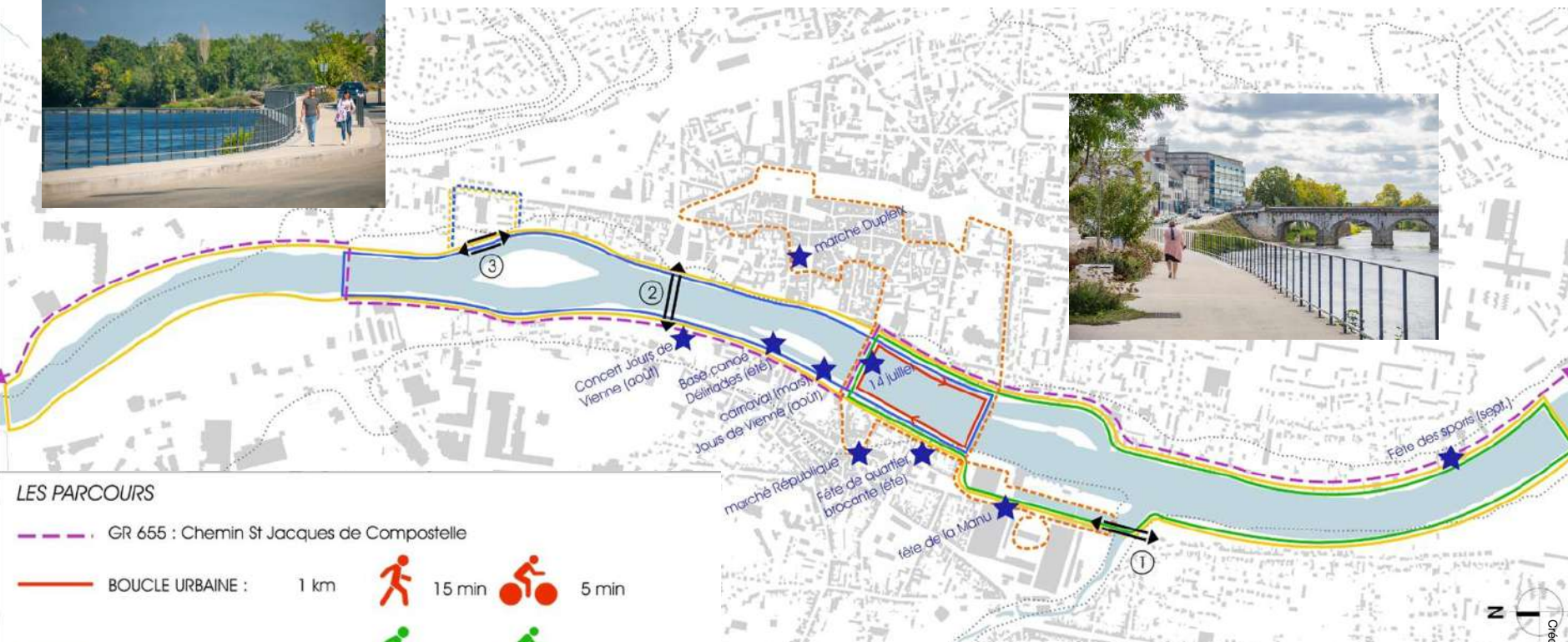
Illustration du parcours en centre-ville



Place Émile Zola

Rue Lafayette





LES PARCOURS

	GR 655 : Chemin St Jacques de Compostelle				
	BOUCLE URBAINE :	1 km	15 min	5 min	
	BOUCLE SUD :	4,5 km	50 min	15 min	
	BOUCLE NORD :	4 km	45 min	15 min	
	GRANDE BOUCLE :	10 km	2h	45 min	
	PARCOURS ARCHITECTURAL :	4 km	2h (nombreux arrêts commentés)		

★ **EVENEMENTIEL & MANIFESTATIONS AUTOUR DE LA VIENNE**

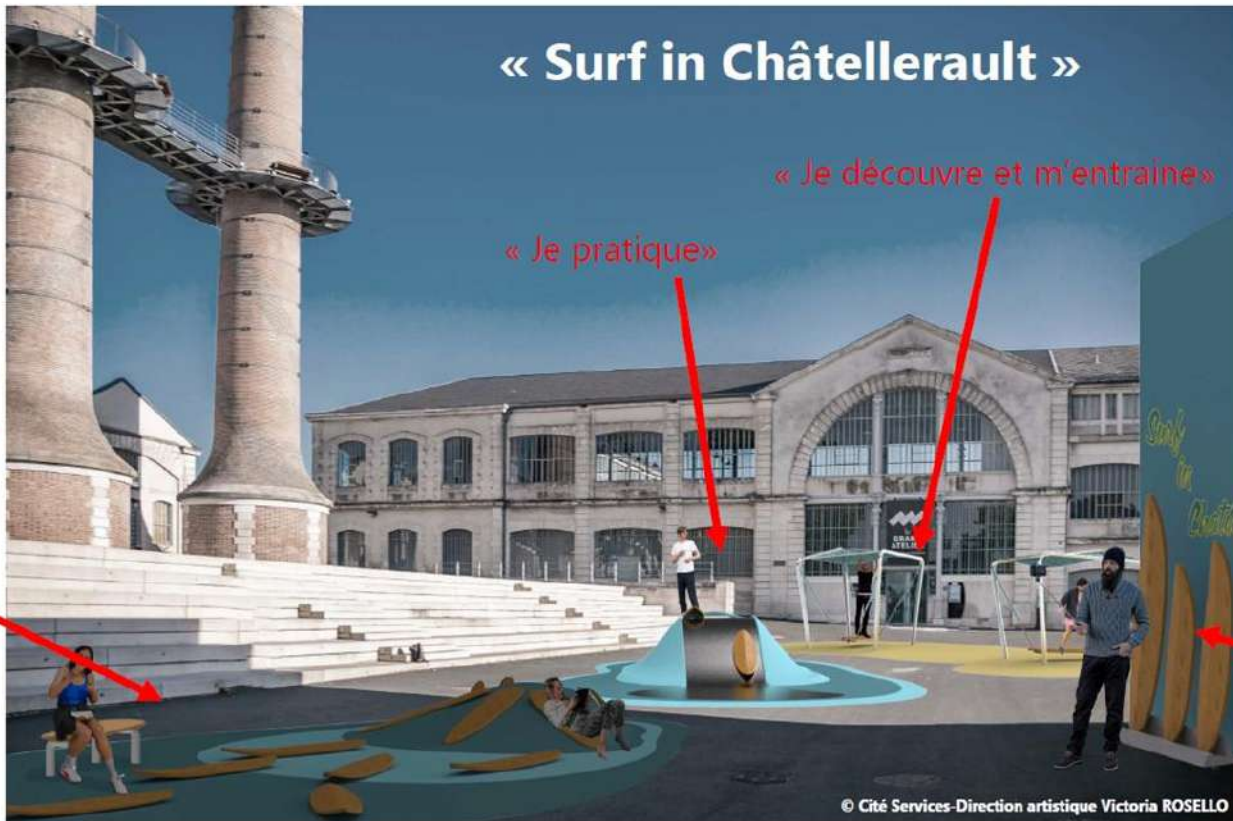
↔ **ENJEUX DE LIAISONS**

- ① franchissement de l'Ervigne
- ② liaison Châteauneuf > centre ville
- ③ le moulin du bien nourri

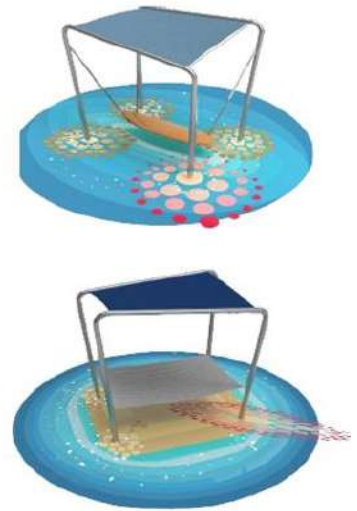


Reconversion du site de la Manufacture





« Je vis
l'instant, je me
détends et
j'accompagne
mes amis, ma
famille »



« Je me fabrique
des souvenirs et
je les partage »

CHÂTELLERAULT
CŒUR D'AGGLO
ACTION!



GRAND
CHÂTELLERAULT
COMMUNAUTÉ
D'AGGLOMÉRATION

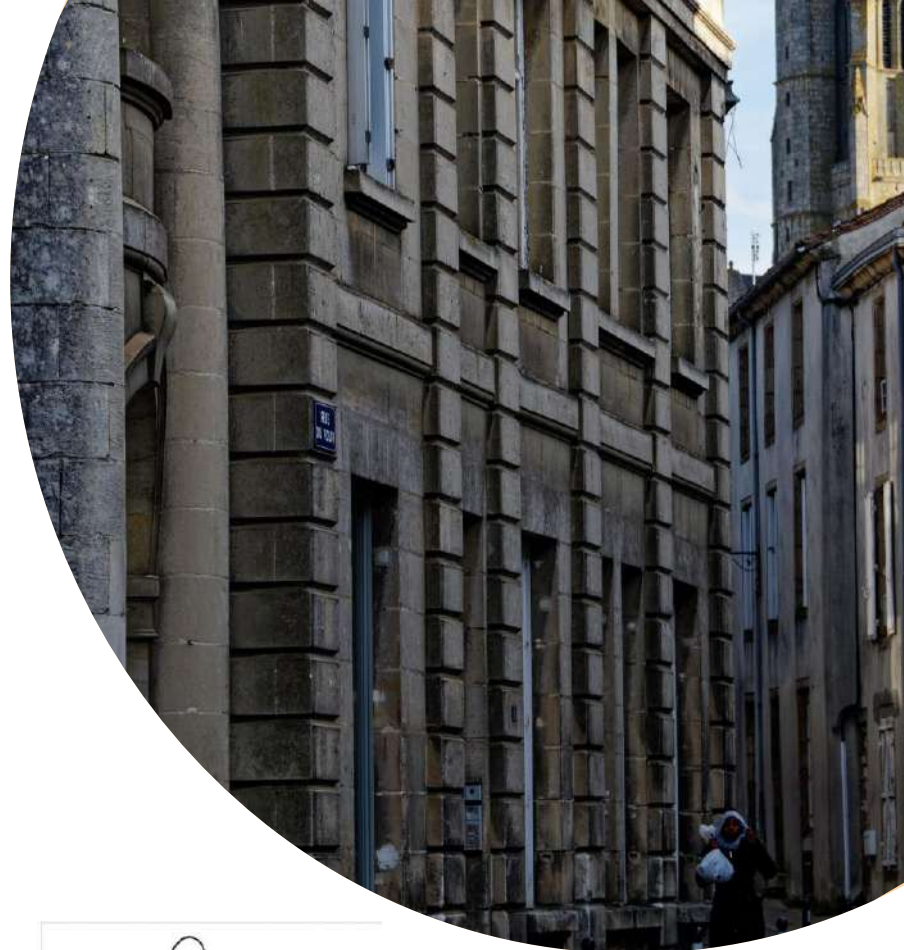
BRESSUIRE

La ville qui ose



Parcours sportifs et ludiques en centre - ville

Et Trail urbain



1. Les parcours sportifs et ludiques :

- Allier pratique sportive et plaisir
- Découvrir la ville
- Créer des liaisons piétonnes et cyclistes



Assise de détente et de discussion



Etude – concertation : 2021-2022 (grâce à l'appui financier du Leader)

Proposition de 4 parcours

Mise en œuvre de 2022 à 2024



TRAIL URBAIN BRESSUIRAIS

DIN

Trail urbain :

- Organisation de marche à pieds ou trail de 8, 14 ou 17 km, lors des Journées Européennes du Patrimoine
- Organisation partenariale : Ville et association de coureurs
- Coupler course à pieds et découverte de sites insolites (ex : marché, cité de la Jeunesse et des Métiers, Crèche animée),



TRAIL URBAIN :
14 ET 17 KM > DÉPART 9H30
5 KM > DÉPART 10H

Temps d'info SSBE

Prochain temps d'information sport santé bien-être

Dates à venir :

- 22 septembre – Comment développer une dynamique sport santé sur son territoire
- 06 octobre – Impact de l'activité physique et de la sédentarité sur la santé physique et mentale des jeunes
- 13 octobre – L'hygiène de vie chez les jeunes : alimentation, sommeil et prévention des blessures
et d'autres à venir jusqu'à la fin de l'année....

RDV sur notre site formation

<https://formation-sport-nouvelle-aquitaine.org>

Outils de communication

Outils de communication SSBE



RDV sur notre site internet

<https://cros-nouvelle-aquitaine.org/collection-heritage-2024-en-nouvelle-aquitaine>

@CROSNAq #CROSNA - Colloque régional SSBE – 20 septembre 2022

Evènements SVS



ÉVÈNEMENT
EN PRÉSENTIEL



GRAND PUBLIC



SCOLAIRE



ENTREPRISE



JOURNÉE
DU PATRIMOINE



ÉTUDIANT

ÉVÈNEMENT
DIGITAL



GRAND PUBLIC



SCOLAIRE



ENTREPRISE



JOURNÉE
DU PATRIMOINE



ÉTUDIANT

<https://cnosf.franceolympique.com/cnosf/svs/Carte2022.php>



Merci de votre attention



CROS

**NOUVELLE -
AQUITAINE**

Comité Régional Olympique et Sportif Nouvelle-Aquitaine

Maison régionale des sports - 2 avenue de l'Université - 33400 Talence

secretariat@cros-nouvelle-aquitaine.org - 05 57 22 42 00

www.cros-nouvelle-aquitaine.org

@CROSNAq

#CROSNA

A(N)IMER
les valeurs
du sport