

ACTUALITES AU SEIN DU SPORT EN MILIEU RURAL

Bonne et Heureuse année 2007 !

Bonne année à ceux qui, sans trêve,
Peinent sur un travail précis,
Et bonne année à ceux qui rêvent
Car le rêve travaille aussi ;
Bonne année à toutes les choses :
Au monde ! Au patrimoine ! aux valeurs humaines !
Bonne année à toutes nos associations
Dont leurs bénévoles travaillent en secret.

Bonne année à tous ceux qui pratiquent du sport
Ou s'activant dans des projets sportifs ...
Et bonne année aussi, quand même
A tous ceux qui n'aiment pas le sport !

Vous souhaitant tout simplement une bonne année 2007,
L'équipe du cdsmr 85.

Le CDSMR 85 à la Maison de l'Agriculture

Depuis début janvier, le bureau administratif du comité se situe à
la Maison de l'Agriculture
21 Boulevard Réaumur
(4ème étage - couloir A - accès personnes handicapées)
85 013 La Roche sur Yon

*Après Rond Point Place de la Vendée,
Direction les Sables D'Olonne,
A proximité CAVAC et MSA.*

Contact téléphonique du salarié reste le même :
06 17 65 18 20

DATES À RETENIR :

Janvier : Assemblée Générale CDSMR 85 le samedi 20 Janvier à 15h aux Essarts,
14h30 : tirage de la Coupe de Vendée.

Formation Internet et Animateur Jeunes Bénévoles le samedi 20 Janvier 10h-12h aux Essarts

Février : le 17 Journée/Soirée Initiation Palet aux Sables d'Olonne en vue de la création d'un club.
« Grand Dimanche du Gras » le 18 février Maison Vie Rurale à La Flocellière.
Présence de jeux de palets et traditionnels.

Mars : 17 Mars 2007 8ème Coupe de France de Palet Laiton à St Pierre des Echaubrognes

Avril : 6ème édition du Rurathlon Jeunes aux Essarts le mercredi 4 Avril

| | |
|-----------------------|-----|
| SOMMAIRE | |
| Vœux 2007 | p 1 |
| Projets du CDSMR 85 | p.2 |
| Informations FNSMR | p.3 |
| Le retour au sport | p.4 |
| Projets de formations | p.5 |
| Divers | p.6 |

Du côté de notre comité en ce début 2007...

Principaux points abordés lors de la réunion du Mercredi 6 Décembre 2006

1) *Organisation entre le CRSMR et les CDSMR :*

Actuellement des clubs de palets sont dans les départements du 44, 49 et 79. Des CDSMR existent en 49 et 79. En 44, où il n'y en a pas, il faut étudier la possibilité d'en créer un. Huit clubs potentiels existent!

Le Comité Régional du Sport en Milieu Rural (C.R.S.M.R Pays de la Loire) est reconnu par la Région puisque des subventions lui sont attribuées directement ou indirectement via les CDSMR ou les Clubs organisateurs de manifestations à caractère régional ou national.

Il faut donc réfléchir à la place du C.R.S.M.R, d'autant plus que dans le championnat palet Laiton, les clubs adhérents sont du 44, 49, 85, et 79.

La création d'un poste d'animateur régional s'impose-t-elle ? Voir les financements et les missions. Celles-ci ne doivent pas occulter celles des CDSMR et plus particulièrement du CDSMR 85.

2) *Transfert des bureaux* du CDSMR 85 à la Maison de l'agriculture (La Roche/Yon) où sera l'animateur (adresse : retour page 1).

-Le bureau à Talmont/Hilaire sera conservé pour les stagiaires et la gestion (siège social).

3) *Communication* : envoi de la newsletter CDSMR 85 à nos adhérents par e-mail. Envoyez-nous les adresses e-mail des personnes pouvant être intéressées de recevoir cette newsletter.

4) *Handi Rural Sport* : Parution d'ici quelques jours d'un article de Presse Ouest-France (Vendée Est) suite à la réunion du 4 Janvier dernier. Présentation du projet à l'Assemblée Générale. 10 € par personne (Participation à la journée de sensibilisation au handicap par des activités handisports et Jeux Sportifs Traditionnels + Déjeuner Spécialité Monsireigne) - équipe de 3 (mixité personnes handicapés-valides ou non).

5) *Grand Dimanche du Gras Maison de la Vie Rurale*

Evènement le dimanche 18 février 2007 (prêt de matériels, animation de Jeux d'Antan, présentation d'un DVD et contacts auprès des clubs de palet à proximité).

6) *Rando-Thèmes* :

Des projets se mettent en place (St Martin Lars, le 21 Juillet, Sallertaines, le 16 Septembre, Maison de la vie Rurale à La Flocellière, le 20 Juillet, Sigournais (?), Triaize (?)). La moyenne de 7 à 8 rando-thèmes ne sera pas atteinte si nous ne recevons pas d'autres candidatures prochainement.

Contactez-nous si vous souhaitez mettre en place une rando-thème !

7) *Rurathlon Jeunes* : Réalisation en cours des premières banderoles « Rurathlon ».

Activités sportives proposées: Tennis de table, Tennis, Judo, Palet, Football, Athlétisme, Basket et le Comité Hnadisport. Démonstrations : Foot fauteuil et Twirling.

8) *Intervention aux Sables d'Olonne*

- Samedi 17 février 2007 (initiation-parties de palets en vue de la création d'un club et d'une demande de bénévoles en vue des interventions en été)

- date du 16 Juin 2007 + interventions programmées en juillet/août : Fête des commerçants du port de plaisance. Alternance concours de palet et initiation une fois par semaine sur le port (concours assuré par le club de palet de Talmont, initiation effectuée par le salarié + bénévoles).

...Et mise en avant de projets de la fédération nationale.

Courses pédestres : un label "sport en milieu rural".

Parmi les différentes activités qui se sont développées ces dernières années au sein des quelques 2500 associations adhérentes à la FNSMR, les courses à pieds ont pris une dimension tout à fait significative. Un développement marqué par une spécificité d'organisation, celle de mettre l'accent sur l'aspect convivial, festif et culturel de l'épreuve. Une multitude de courses pédestres ont ainsi vu le jour avec comme but non seulement de courir mais aussi et parfois, surtout de découvrir un terroir, en déguster les spécialités culinaires... le tout dans une ambiance très festive. Devant le succès de ce genre d'épreuves, la FNSMR a décidé de créer un label des courses pédestres en milieu rural.

Une charte est ainsi en cours d'élaboration. Un projet a été expédié aux Comités dont les éventuelles contributions sont attendues.

La FNSMR souhaite soutenir tout particulièrement ces manifestations en leur donnant notamment une visibilité nationale.

Activités Sportives bûcheronnage

Le 11 décembre dernier, les responsables nationaux des sports de bûcheronnage se sont réunis à la FNSMR pour faire le bilan de la saison écoulée et programmer les manifestations à venir.

Le Championnat de France de tronçonneuse qui s'est déroulé dans le Vaucluse en avril dernier a apporté de nombreux points de satisfaction tant du point de vue du niveau de la compétition que de celui de l'organisation et de l'intérêt d'un public venu nombreux.

Le Championnat du Monde en Estonie s'est lui aussi bien déroulé avec la participation d'une délégation française qui portait les couleurs de la FNSMR.

Pour la saison à venir, trois manches qualificatives pour le championnat du Monde 2008 sont en préparation dont l'une sera labellisée "championnat de France".

Un championnat de France de Passe Partout est aussi prévu avec la hache en démonstration. Petit à petit, la discipline se structure grâce notamment au soutien de deux partenaires principaux que sont Husqvarna et Stihl avec lesquelles les relations sont amenées à évoluer au cours des prochains mois.

LES SITES INTERNET INCONTOURNABLES

Le site Internet de la FNSMR a 4 ans !

Quelques chiffres et commentaires à ce propos :

- le site de la FNSMR est fertile : créé en octobre 2002, il a engendré 2 sites régionaux et 19 sites départementaux (auxquels vous pouvez accéder via le site de la FNSMR) !
- en moyenne, nous recensons sur l'ensemble de ces sites entre 300 et 500 connexions par jour soit entre 9000 et 15000 par mois (pas moins de 263000 connexions depuis 4 ans !).
- chaque internaute y visite en moyenne une quinzaine de pages. Tout cela est bien sûr satisfaisant mais nous ne nous arrêtons pas là !

Rendez-vous sur www.fnsmr.org

**« Le retour au sport »
par le Docteur Jean-Claude DADE**

*Retourner au sport, c'est ajouter de « la vie aux années » et
non des années à la vie...*

Si celui qui n'a jamais cessé l'activité physique, ou même le nouveau venu, ne présente que peu de problèmes, par contre, est beaucoup plus menacé le sujet qui dans son jeune âge, réalisait des performances, ne se rend plus compte qu'il a vingt ans de plus et veut retrouver immédiatement les qualités de sa jeunesse.

C'est alors qu'un certain nombre de conseils doivent lui être prodigués.

Pourquoi ?

Tout d'abord, avec l'âge, s'estompent les qualités de vitesse et de détente, tandis que se conserve ou se développe l'endurance. Les efforts courts et violents peuvent devenir nocifs. Le vieillissement des appareils constitutifs de l'organisme est précoce. L'altération de l'appareil locomoteur peut commencer avant l'âge de 20 ans. Le cartilage, dans un premier temps, les surfaces articulaires osseuses dans un deuxième, peuvent présenter des lésions qui contre indiquent la pratique d'activités intensives et prolongées (surtout s'il y a des séquelles d'entorses anciennes...). Par contre, la pratique d'exercices physiques sans grandes contraintes mécaniques est bénéfique. La sensibilité proprioceptive qui assure le réajustement des contractions musculaires est diminuée, ce qui accroît le risque d'accidents nouveaux. Les qualités contractiles du muscle, elles aussi, se modifient. La réduction de la circulation sanguine périphérique réalise l'un des éléments limitant la performance sportive. Avec l'âge encore, le contrôle de la thermo-régulation étant abaissée, les facteurs qui assurent l'épuration de l'organisme sont moins favorables à l'équilibre hydro-électrique.

L'augmentation de la masse grasse, due à la sédentarité, réalise une surcharge de travail au cours de la pratique sportive.

Il faut reconnaître qu'avec l'augmentation de l'âge, l'organisme est plus fragile et que la survenue d'une pathologie si bénigne soit elle ne doit pas être négligée.

Comment ?

Il est toujours bon de conseiller une préparation physique générale en insistant sur la pratique d'une gymnastique vertébrale complète avec :

- mobilisation lente de l'ensemble du rachis dans les trois plans de l'espace
- musculation efficace de la sangle abdominale et de tous les muscles qui assurent le maintien, le verrouillage du rachis au cours des contraintes mécaniques importantes.

D'autres exercices (passifs et dynamiques) permettent « amplement » de conserver un bien être physique et psycho-sociale. Nous ne sommes pas là pour les énumérer mais vous inciter à contacter l'une de nos associations mettant en place cette activité.

PROJETS DE FORMATION

Pour les responsables d'associations et les bénévoles

Notre comité vous propose ce formulaire afin de connaître vos souhaits de thématiques de formations courant 2007.

Choisissez la ou les formations auxquelles vous seriez intéressés de participer :

- **Formation Informatique Niveau 3 « Découverte des principaux logiciels » (Niveau 1 acquis obligatoire) :**
 - *Excel « gestion des comptes, trésorerie, gestion d'un concours... » (2 heures)*
 - *Word « traitement de texte, courriers, comptes rendus de réunion... » (2 heures)*
 - *Power Point « présentation sous vidéo-projecteur... » (2 heures)*
- **Formation/Information « Animer une séance de gymnastique » (Matinée/Journée...)**
- **Formation sur le fonctionnement en lien avec une association (gestion courante...)**
- **Initiation à l'une ou l'autre des activités présentes au sein du comité :**
 - Badminton Disc-golf Gymnastique d'entretien
 - Jeux sportifs traditionnels Palet laiton Palet fonte
 - participer à une journée regroupant l'ensemble de ces activités
- **Autres :**

Envoyez-nous dès que possible vos choix en nous indiquant les renseignements suivants par e-mail au cdsmr85@club-internet.fr :

Nom/Prénom _____

Adresse/Code Postal/Ville

Association

Fonction

Intéressé(s) par la ou les Formation(s) suivante(s) :

Cdsmr 85

Convention Nationale Collective du Sport

Convention Collective Nationale du Sport enfin étendue.

Après la signature par les partenaires sociaux en juillet 2005, la CCNS attendait l'arrêté d'extension pour entrer en application. C'est dorénavant chose faite depuis le 21 novembre dernier. Le texte est ainsi promulgué mais il est néanmoins assorti d'un certain nombre d'exclusions et de réserves justifiées d'une part par le respect du Code du travail et d'autre part par le respect de certaines directives européennes.

Sur le plan associatif, rappelons que les structures qui étaient employeurs avant le 31 décembre 1998 et qui étaient sous le régime de la Convention Collective de l'Animation peuvent choisir d'y rester. Les autres auraient jusqu'au 31 décembre 2006 pour mettre en application la nouvelle CCNS. Un temps de réflexion pour le moins bref et qui justifie en tout cas notre réserve quant au respect de ce délai.

Rappelons enfin que dans le préambule de la CCNS, il est spécifié que les Foyers ruraux ne sont pas "habituellement" supposés appliquer la CCNS. Tout dépend en réalité de l'activité principale de la structure.

Une réunion d'information est prévue par le CDOS ce mois-ci.

Les valeurs du sport

Premier camp Olympique de la Jeunesse

Élaboré à l'occasion du séminaire de l'ANOF Association Nationale Olympique Française en 2005 pour mettre en évidence les valeurs du sport et de l'olympisme comme vecteur d'éducation. Objectif : associer et combiner tous les domaines de la culture générale à la pratique du sport : culture scientifique, culture littéraire et philosophique, éthique. Ce camp a vu le jour dans le Val de Marne mais l'ambition est la généralisation à l'ensemble du territoire.

**L'équipe du CDSMR 85 vous souhaite de nouveau
une bonne et heureuse année 2007 !**

Contact : Jean-Philippe SIMON

Si vous souhaitez faire paraître un article ou une information :

cdsmr85@club-internet.fr

Tel: 06 17 65 18 20.