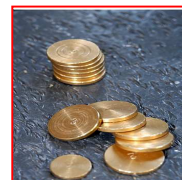


ACTUALITES AU SEIN DU SPORT EN MILIEU RURAL

8ème Coupe de France de Palet Laiton
La doublette Pascal PLESSIS- Samuel AMIOT
de Gesté s'impose !



SOMMAIRE	
Coupe de France de palet Laiton	p 1
Rurathlon Jeunes	p.2
Projets Exposition :	
-Stagiaire	
-Séminaire Sport Santé	p.3
Handi Rural Sport	p.4
Infos palet	p 5
Divers infos	p.6

Cette 8ème coupe de France a de nouveau rencontré le succès avec la présence de 106 doublettes et de nombreux clubs des régions Poitou-Charentes et Pays de la Loire.

Cette compétition s'est déroulée le samedi 17 mars à St Pierre des Echaubrognes dans le département des Deux Sèvres. 212 participants se sont affrontés tout l'après midi. Notre plus jeune joueur Steven Bouyer n'avait que 13 ans alors que Georges Hérault jouait à l'âge de 78 ans.

Cette coupe de France de palets en laiton se déroule tous les 2 ans. Les associations intéressées pour organiser la compétition en 2009 peuvent déjà se faire connaître.

Les organisateurs remercient aussi sincèrement la jeune association de palet de St Pierre des Echaubrognes pour son organisation ainsi que les nombreux partenaires qui ont participé au bon déroulement de cette journée.

DATES À RETENIR :

Avril : 14 avril Finale Championnat Palet Fonte Les Essarts
28 avril Challenge Inter-clubs à Gesté (palet)

Mai : 12 mai 20 ANS du palet ! (CVDP et CRPL)

13 mai Rando Thème au Poiroux (Explication et démonstration Joelette)

19 mai : Assemblée Générale FNSMR dans les Pyrénées Orientales

20 mai : Animation Jeux de Palets aux Sables D'Olonne Jeux Nationaux Dialysés et Transfusés

Juin : 2 juin Handi Rural Sport à Monsireigne et Coupe de France de palet sur planche en Bois à Rezé
Journée départementale avec des activités handisports et jeux sportifs traditionnels.

16 juin : Animation Palet aux Sables d'Olonne



Mars - Avril 2007

RURATHLON JEUNES

Le Comité Départemental du Sport en Milieu Rural (CDSMR) en collaboration avec le Comité des Médaillés de Jeunesse et Sport et la commune des Essarts organisent une journée gratuite appelé **RURATHLON JEUNES** pour les jeunes de 9 à 12 ans de la Communauté de Communes des Essarts.

Ce Rurathlon Jeunes se déroule ce mercredi 4 avril 2007 au complexe sportif des Essarts. L'organisation de ce rurathlon a pour objectifs : la sensibilisation des jeunes au sport en général, l'accès au sport pour tous, la découverte de certains sports et la participation à la dynamique du milieu rural.

Pour y participer, chaque jeune s'est inscrit auprès de sa commune avant le 23 Mars avec un travail en amont de communication au sein des communes.

Nous avons accueilli 106 enfants répartis de la façon suivante :

Les Essarts (31%) Ste Florence (5%) Ste Cécile (17%) St Martin des Noyers (16%) L'Oie (11%) La Merlatière (8%) Boulogne (12%).

Chaque jeune peut s'initier sous forme d'ateliers animés par des associations sportives des Essarts aux différents sports prévus : Tennis, Athlétisme, Foot Ball, Palet, Basket Ball, Handisport (Torball et la sarbacane), Judo, Tennis de table et bien d'autres.... et participer le temps du midi à une épreuve relais animé par Gérard ROTHIER (médaillés jeunesse et sport), une démonstration de twirling (club des Herbiers) et une projection d'un film sur la pratique handisport (animé par les représentants du Comité Départemental Handisport).

En terme de nouveautés vis à vis des éditions précédentes, la Communauté de Communes a mis en œuvre un système de navette-car pour faciliter la venue des enfants à cette journée située dans les villages. Une idée impulsée par l'adjointe au maire de la commune de la Merlatière (Mme Colette Renault).

Le Conseil Général nous a mis à disposition le Car Podium, donnant ainsi pour l'occasion une autre dimension à cet événement.

A noter l'opportunité du jour : un match de football international minimes clôturera la journée Etats Unis -Angleterre.



Etudes et travaux en cours...

une stagiaire au cdsmr 85

Depuis le 2 avril, le cdsmr 85 accueille une stagiaire. C'est ainsi qu'Anne Lise, étudiante en BTS agricole en service espace rural au lycée Charles Péguy à Gorges va apporter sa collaboration sur les différents projets en cours.

Ses principales missions se dirigent vers :

Période du 2 au 27 avril 2007 - amélioration des outils de communication du comité en réalisant une exposition sous forme de panneaux.

Période de septembre/octobre 2007 - les projets s'orienteront davantage vers les rando-thèmes.

Ces travaux se feront peut-être de manière discrète auprès de vous mais ils apporteront somme toute des éléments intéressants au cdsmr 85.

Nous lui souhaitons de réaliser un bon stage, en lui permettant à l'avenir, d'acquérir des bases professionnelles.

Exposition FNSMR "sport - santé"

Quel est le rôle des activités physiques et sportives sur la santé des individus ?

C'est le thème de l'exposition réalisée par le CDSMR Hérault en collaboration avec la DRDJS et le Centre de Médecine du Sport du Languedoc Roussillon, coordonnée par Muriel Dumortier, docteur en physiologie de l'exercice et de la santé.

Cette exposition qui a été présentée au salon des séniors à Paris les 29, 30 et 31 mars sera mise à disposition de nos comités.

Vous pouvez vous donner un aperçu en allant sur le site : www.fnsmr.org (ci joint deux panneaux de présentation)

LES ACTIVITES PHYSIQUES ET SPORTIVES

Quelques définitions

- Activité physique** : Tout mouvement corporel produit par la contraction des muscles squelettiques entraînant une augmentation de la dépense d'énergie au dessus de la dépense de repos.
- Activité sportive** : Discipline existante en compétition mais pratiquée en loisir.
- Sédentarité** : Activité physique faible correspondant aux occupations spécifiques dont la dépense énergétique est proche de celle du repos.
- Sport** : Activité physique pratiquée en compétition organisée au sein d'une fédération sportive agréée par le Ministère de la Jeunesse, des Sports et de la Vie Associative.
- Inactivité physique** : Absence d'activité physique de loisir ou absence de mouvement corporel (allément...)

L'activité physique c'est déjà bouger au quotidien

Etat des lieux

Le pratiquant sportif selon l'âge

Tranche d'âge	Pratiquants (en millions)
15-24 ans	~1,5
25-34 ans	~2,5
35-44 ans	~3,5
45-54 ans	~4,5
55-64 ans	~5,5
65-74 ans	~6,5
75 ans et plus	~7,5

Sports pratiqués

Source : INSEE, 2005. 50% des personnes de 15 ans et plus ont fait au moins une activité sportive en 2002.

Quelles sont les raisons qui amènent à pratiquer ?

Les motifs de la pratique

- Le plaisir de la pratique
- Le maintien en forme
- Améliorer ses performances sportives
- Le respect des règles de la pratique
- Améliorer son état de santé
- Le plaisir de découvrir
- Le plaisir de découvrir

Le Sport pour la Santé
Fédération Nationale du Sport en Milieu Rural
www.fnsmr.org

RELATION ENTRE SANTE ET ACTIVITES PHYSIQUES

« Les hommes soupèsent les effets de leur donner la santé, mais de oublier qu'elle dépend d'eux. »
Democrite, 460 avant JC.

Qu'est ce que la santé ?

« La santé est un état de complet bien-être physique, social et mental et pas seulement l'absence de maladie et d'infirmité »
Organisation Mondiale de la Santé présentée de 1946 à la constitution de l'OMS

Les facteurs déterminants de la santé

Facteur	Pourcentage
Mode de vie	16%
Environnement	10%
Stress	21%
Système médical	53%

Le mode de vie contribue de manière prépondérante dans la santé. Les activités physiques et sportives ont donc un rôle essentiel.

Quels sont les bénéfices des activités physiques et sportives ?

- Sensation de bien-être physique et psychologique
- Maintien et amélioration de la qualité de vie et du bien social, prévention des chutes, autonomie
- Augmentation de l'espérance de vie
- Prévention des problèmes de santé (obésité, maladies cardiovasculaires et respiratoires, diabète, ostéoporose, cancers, dépression...)
- Modification du comportement alimentaire (régime alimentaire)
- L'activité physique et sportive est un véritable moyen pour prévenir et améliorer son capital santé.

Impact des activités physiques sur les principaux problèmes de santé

- Rôle protecteur des activités physiques :
 - Maladies cardiovasculaires
 - Diabète
 - Obésité
 - Stress
- Obésité, diabète, Maladies cardiovasculaires, Cholestérol, Hypertension artérielle, Vieillesse, Ostéoporose, Cancer, Tumeurs (poumon, côlon, sein...), Dépression, anxiété, etc.

Le Sport pour la Santé
Fédération Nationale du Sport en Milieu Rural
www.fnsmr.org

NEWSLETTER

Le sport est dans ma nature



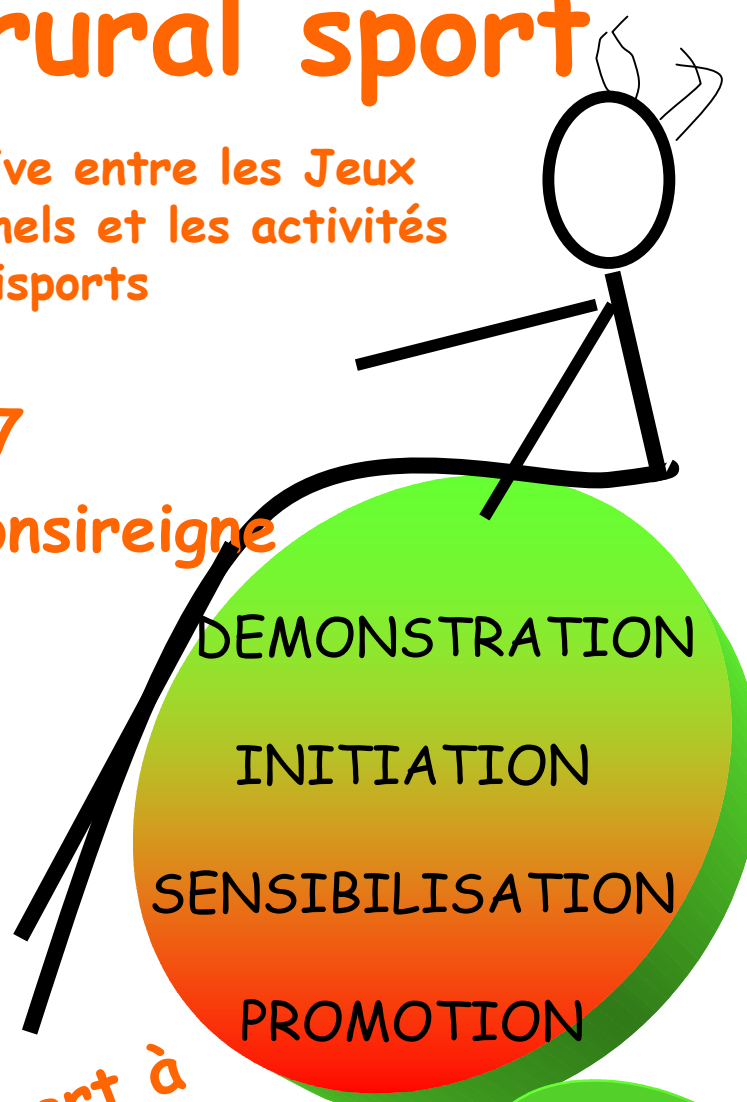
Handi rural sport

Rencontre sportive entre les Jeux
sportifs traditionnels et les activités
handisports

Samedi 2 Juin 2007

Complexe sportif de Monsireigne

De 9h30 à 18h



Basket fauteuil
Parcours
non/mal voyant

Ouvert à
tous

Palet

Ouvert à tous avec
ou sans handicaps

Équipe de 3

10€ par
personne



Partageons nos
différences par le
sport



COMITE DEPARTEMENTAL
HANDISPORT de VENDEE

Infos Palet

Challenge Coupe de la Vendée



Le club de Saint Mesmin remporte le Challenge de la Coupe de Vendée à La Guyonnière le samedi 31 mars 2007.

Coupe de Vendée

Le club de palets des Essarts a remporté une nouvelle fois la Coupe de Vendée de palets en fonte qui s'est déroulée le 23 mars à Antigny.

Une photo de l'équipe des Essarts après le remise des coupes



DIVERSES INFORMATIONS

Formation Joelette

L'association La stellaire, en collaboration avec le Comité Départemental de Randonnée Pédestre, propose une nouvelle date de formation « accompagnateurs bénévoles de Joëlette (fauteuil roulant tout terrain). Ce dernier peut se faufiler sur tous les sentiers, même les plus escarpés.

Une formation nous est donc proposée pour la seconde fois
le samedi 21 Mars à Olonne sur Mer.

5 personnes de notre comité peuvent y assister. Appel à volontaires et réponse souhaitée avant le mercredi 18 Mars.

Assemblée Générale Foyers Ruraux de Vendée

Le samedi 21 avril à 2007

Foyer Rural de St Martin Lars

9h30 à 12h30

Rappel des temps forts au cours duquel on regarde la route parcourue avant de tracer un nouveau chemin...

SACEM

Société des Auteurs, compositeurs et éditeurs de musique mettent la pression sur les associations qui utilisent des supports musicaux pour leurs activités (gym...). Celles-ci sont supposées payer une taxe de 0,56 € par adhérent + 5,5% de TVA si la musique n'est qu'en fond sonore et pas le support principal de l'activité. Mais si la musique devient le support principal de l'activité (danse ou musique) alors la taxe s'élève à 3,56 € par adhérent + 5,5 % TVA.

Les grandes têtes de réseau associatives montent actuellement au créneau auprès des parlementaires et des rendez-vous sont pris avec la SACEM pour évoquer le problème et trouver des solutions.

Les sites internet incontournables

LES SITES INTERNET INCONTORNABLES AU SEIN DU CDSMR 85

Site de la Fédération Nationale du Sport en Milieu Rural : www.fnsmr.org

Site du comité départemental sport en milieu rural de vendée : www.cdsmr85.fnsmr.org

Sites des clubs de palets : www.paletclubjallaisien.fr (club de palet laiton de Jallais)

www.bronzegaubretois.free.fr (club de palet Laiton de La Gaubrettière)

www.palet-club.château.monsite.wanadoo (club de palet sur planche en bois Rezé)

Site du Disc-Golf : www.wdgp.free.fr

Contact : Jean-Philippe SIMON

Si vous souhaitez faire paraître un article ou une information :
CDSMR 85, 21 Boulevard Réaumur, 85 013 La Roche sur Yon
cdsmr.85@mouvement-rural.org
Tel : 02 51 36 81 12 ou 06 17 65 18 20.