

**Le Comité Départemental
UFOLEP Lot-et-Garonne
& le Sport-Santé**



Présentation

- Créée en 1928 au sein de la Ligue de l'Enseignement et première fédération sportive multisports affinitaire de France, l'UFOLEP (Union Française des Œuvres Laïques d'Education Physique), secteur sportif de la Ligue de l'Enseignement, a pour objectif de favoriser l'accès de tous les publics aux pratiques sportives.
- A travers son slogan « Tous les sports autrement » l'UFOLEP Lot-et-Garonne affirme une identité mais aussi une volonté d'adaptation aux évolutions des publics, des pratiques sportives et des territoires, impliquant une prise en compte de questions sociétales telles que la santé, le développement durable, le handicap ou encore le vivre ensemble
- Aujourd'hui, plus que jamais, le sport doit s'ouvrir à ces exigences pour être un véritable outil d'éducation au service de tous, vecteur d'insertion sociale, de solidarité et de citoyenneté. Notre projet se veut donc au service du développement d'un sport qui place l'humain au cœur des débats, dans une société que nous souhaitons plus fraternelle et où seule, la laïcité peut garantir le respect de chacun.

Nos Objectifs

- **«Développer le sport pour tous »** : en adaptant les activités aux divers publics, familles, jeunes, seniors, personnes en situation de handicap, en permettant de pratiquer plusieurs activités avec une seule licence, en rendant toutes les activités sportives accessibles au plus grand nombre, en organisant sur différents points du département des journées multiactivités ouvertes à tous.
- **«Éduquer par le sport tout au long de la vie »** : en dynamisant et en renforçant la vie associative, en favorisant, en accompagnant et en valorisant les projets associatifs, en prenant en compte les questions de société, santé, lutte contre les discriminations, développement durable, en participant à la formation des acteurs du sport, développement des compétences des bénévoles et de la professionnalisation
- **«Faire du sport associatif un facteur de cohésion sociale et de développement de l'engagement des citoyens »** : en favorisant la mixité sociale, les rencontres et échanges, qu'ils soient intergénérationnels ou interculturels, en développant la plus-value éducative et sociale des projets territoriaux, en incitant les associations affiliées à devenir des acteurs de la vie sociale, en encourageant les adhérents à s'engager dans la vie associative
- **«S'adapter aux nouveaux territoires »** : en coordonnant des projets territoriaux, en mutualisant les moyens et les compétences.

Nos Projets

- ✓ **Projet Sport-Santé** : Promouvoir une pratique physique adaptée dans le but de maintenir ou d'améliorer la santé de tous, engager également nos clubs dans cette démarche. (Labellisation, formations spécifiques ...)

- ✓ **Projet Séniors** :
 - Ateliers de prévention des chutes
 - Cycles d'activités physiques (sports de nature, jeux collectifs et d'opposition, activités physiques d'entretien) pour des séniors sédentaires

- ✓ **Projet Jeunes** :
 - **Centre de Loisirs** : Mettre en place des cycles d'initiation et découverte des activités physiques auprès des enfants de 6 à 10 ans les mercredis après-midi.
 - Mise en place de cycles d'activités « Familles » où parents et enfants découvrent sports de nature, jeux collectifs et d'opposition, activités physiques d'entretien / jeux de motricité.

- ✓ **« Bien bouger, bien manger, moins gaspiller c'est mieux ! »**
 - Promotion de l'activité physique et d'une alimentation équilibrée
 - Lutte contre le gaspillage alimentaire

Nos Actions

- ✓ Intervention sur les **Temps d'Accueil Périscolaire (TAP)** : mise en place de cycles d'initiations et découvertes d'activités physiques
- ✓ Organisation de **Journées Multiactivités** tous publics
 - *Présence d'un Stand Sport-Santé et Nutrition lors de ces journées.*
- ✓ Travail avec les centres d'accueil et de loisirs, les scolaires et les associations de notre département sur des journées d'activités sportives en lien avec diverses thématiques comme le développement durable, le vivre ensemble (citoyenneté, laïcité, lutte contre les discriminations ...), le sport santé.
 - Exemples :*
 - *Après-midi prévention alcool/drogue/tabac avec des jeunes du SUA au Karting de Caudecoste*
 - *Matinée de sensibilisation avec des 5^{ème} au Développement Durable à Lavardac*
 - *Après-midi d'initiation au rugby et mise en place d'un projet avec le Centre de Loisirs de Saint-Férréol*
- ✓ Partenariat avec la MGEN avec mise en place de cycles d'initiation et découverte d'activités physiques pour un public sédentaire (50-60 ans) et pour les familles (parents-enfant de 5-6 ans)
- ✓ Mise en place prochaine d'**ateliers de prévention des chutes** pour les seniors avec la MSA, l'ASEPT et la CARSAT
- ✓ Formation Prévention et Secours Civiques Niveau 1 (PSC1)

Le Sport-Santé

L'UFOLEP a toujours défendu le **sport comme facteur de bien-être et d'épanouissement personnel**. La dimension sanitaire de l'activité physique et sportive, valorisée tant dans ses aspects physiques que psychiques, constitue ainsi l'un des piliers de son action.

Chacun est concerné, quelque soit son âge, son sexe ou sa condition sociale. Complice de votre équilibre et de votre bien être, pratiqué en douceur, il reste un loisir qui vous permet d'être à l'écoute de votre corps, de ses rythmes et de ses besoins

Respirer, découvrir, échanger, apprendre ensemble : **plus qu'une simple activité physique**, c'est un moment de **convivialité** et de **partage**.

Pour mieux développer vos capacités, c'est vous qui fixez vos objectifs, dosez votre effort, évaluez vos progrès. **Aussi, en fonction de vos attentes, nous pouvons vous accompagner dans la réalisation de votre projet Sport-Santé.**

Pour tout renseignement :

* Délégué Départemental UFOLEP 47

Bertrand BEDIN b.bedin@laligue-fol47.org

* Éducatrice Sportive / Chargée de Développement Sport-Santé

Elodie CORDONNIER e.cordonnier@laligue-fol47.org

**Comité Départemental UFOLEP Lot-et-
Garonne**

108, rue Fumadelles - BP179 - 47005

AGEN Cedex

Tél.05.53.77.05.30 - Fax.05.53.77.05.37

<http://www.cd.ufolep.org/lotetgaronne>