



CDOS
CANTAL

Cantal'ympique

LETTRE DE LIAISON N° 39
DECEMBRE 2022

RETOUR SUR LA JOURNEE SENTEZ VOUS SPORT

Labellisé par



C'est bien plus que du sport !

Le CDOS Cantal a participé le **mercredi 21 Septembre au 13^{ème} rendez-vous « Sentez-vous Sport »**, ce projet national est porté par le Comité National Olympique et Sportif Français et l'Association des Maires de France avec le soutien du mouvement sportif.

L'objectif de cette manifestation est de valoriser les bienfaits des activités physiques et sportives pour l'ensemble de la population. Cette action était orientée vers les enfants **de 8 à 10 ans**.

131 jeunes issus de **7 centres loisirs et centres sociaux** ont pu ainsi s'initier aux **8 activités sportives** proposées et encadrées par des éducateurs et /ou bénévoles sur le site de Peyrolles.

Associations présentes :

- Aurillac ATHLETISME
- Comité Départemental de HANDBALL
- Comité Départemental de RUGBY
- District du Cantal de FOOTBALL
- GOLF de Vézac / Aurillac
- La Cantalienne (BASKET)
- Les Archers du Stade Aurillacois (TIR A L'ARC)
- Tout un cirque (ARTS DU CIRQUE).



Une remise de récompense et un goûter ont clôturé cette journée.



PARTENAIRES



COORDONNÉES

CDOS DU CANTAL

Maison Départ. des Sports
130, av. du Général Leclerc
15000 AURILLAC

☎ 04.71.64.46.52

✉ cdos.cantal@wanadoo.fr

🌐 cdos-cantal.fr



*Le Président,
les membres du Comité Directeur
et le personnel du CDOS,*

*Vous souhaitent à toutes et à tous
de joyeuses fêtes
de fin d'année et leurs meilleurs vœux pour 2023.*





SEMAINE DEPARTEMENTALE SPORT & HANDICAP

Après deux années d'absence en raison de la crise sanitaire, la semaine départementale a été reconduite en 2022 du 19 au 24 septembre.

Comme les éditions précédentes, les clubs cantaliens qui le souhaitent ont ouvert leurs créneaux aux personnes en situation de handicap, soit en **inclusion avec le public ordinaire** ou **spécifiquement en intégration**.

69 personnes issues des structures ou établissements liés au handicap se sont inscrits sur les divers créneaux proposés par les associations :

- Aurillac Montagne et Escalade.
- Club de Randonnée les Pas de la Cère
- Comité Départemental d'Escrime.
- Ecole Départementale d'Equitation.
- Montagne et Randonnée.
- Ping du Pays de Naucelles
- Running Club Arpajon.
- Tilleul Reilhacois.
- Ytrac Foot.

Une quinzaine de personnes ont intégré un club ordinaire suite à la semaine sport et handicap.



Rando Santé avec MONTAGNE & RANDONNEE



Pratique du football avec YTRAC FOOT

FORMATION SPORT & HANDICAP



Suite aux sessions de sensibilisation organisées en 2020 par la Commission, la journée de formation initialement prévue pour compléter ce projet a eu lieu le **SAMEDI 24 SEPTEMBRE 2022** à la Maison des Sports à AURILLAC.

Rémi MONNET, Conseiller Technique Fédéral de la Ligue AURA Sport Adapté a animé cette journée comprenant une partie théorique et une partie pratique avec un public en situation de handicap.

10 participants issus de 4 clubs sportifs ont suivi avec intérêt cette formation riche en échanges.



Infos.....

AURILLAC POUR ELLES

La 9ème édition d'AURILLAC POUR ELLES, qui s'est déroulée le 2 octobre 2022 a permis de récolter la somme de **23 867€**.

Lors d'une sympathique cérémonie à la Maison des Sports, le CDOS a remis le chèque à la **Ligue contre le cancer du Cantal**.

L'occasion de remercier aussi tous les fidèles partenaires sans oublier les bénévoles qui s'impliquent pour cette journée : les comités départementaux de la Retraite Sportive, du Cyclisme et le Running Club d'Arpajon.



TROPHEE DU SPORTIF CANTALIEN



Le trophée pour le troisième trimestre 2022 est décerné à **Léa JALABERT**, licenciée au Club de tennis de table de Naucelles : **Ping du Pays de Naucelles**.

Arrivée au club avant le confinement, motivée et régulière dans le suivi des entraînements, Léa a progressé rapidement. Elle a réalisé une brillante saison sportive en tant que Championne du Cantal, un podium régional et une qualification pour les Championnats de France.

La remise du trophée aura lieu le **vendredi 9 décembre au Gymnase de Naucelles**.

IL NOUS A QUITTÉS...



Yvon INTARTAGLIA est décédé le 17 novembre dernier.

Président du Comité Départemental de Handball pendant plus de 20 ans, il a constitué fortement au développement de sa discipline dans le Cantal.

Il a été aussi **membre du comité directeur du CDOS** durant 8 ans et avait reçu la **médaille d'Argent** de la Jeunesse, des Sports et de l'Engagement Associatif en 2018.



LE CDOS PARTENAIRE DU DAPAP 15

FORMATION SPORT BIEN ETRE 2023

Le **DAPAP15** (Dispositif d'Accompagnement vers la Pratique d'Activité physique) met en place localement des formations "**Sport santé-bien-être**" (SSBE) à destination des **bénévoles de clubs sportifs** qui souhaitent accueillir ou accueillent déjà des personnes en situation de maladies chroniques.

Rappel « Sport santé/bien-être :

- Le sport pour tous : pratiques sportives pour tout public dans un objectif de reprise d'activité ou de remise en forme pour se sentir bien dans et avec son corps.
- Le sport santé: ce terme est utilisé pour la pratique physique adaptée dans le cadre d'une prescription médicale, de la même façon que le sport bien-être.

Cette formation permet d'encadrer du sport bien-être (ALD sans limitation ou limitations minimales, de faire monter en compétences les encadrants bénévoles sur la partie accueil de publics en situation de maladies chroniques ou ALD et l'adaptation des pratiques et pourquoi pas d'ouvrir un créneau spécifique sport bien être dans votre association.

Elle se déroule sur **7 jours**, en général les samedis. Elle a pour axe principal le « sport bien-être » dans l'accueil et l'adaptation des pratiques sportives à destination de pratiquants atteints d'une ALD.

- apports théoriques sur les différentes pathologies, leurs effets dans l'exercice d'une activité.
- temps d'encadrement dans votre discipline (pédagogie, mises en situation, création de séances et animation de séances avec des patients experts).

Pour tout renseignement, contactez :

Jeanne LERON (DAHLIR), coordinatrice du DAPAP15 : Tél : 06 14 22 98 99

jleron@dahlir.fr

Emmanuelle BORDES (SDJES 15) Tél : 04 43 57 20 98 - 06 07 33 99 54

emmanuelle.bordes@ac-clermont.fr

FORMATION RANDO SANTÉ

Le Comité Départemental de Randonnée Pédestre du Cantal a organisé une formation Rando Santé les 11 et 12 juin 2022.

Sept animateurs de randonnée ont pu bénéficier de ce stage et validé leur diplôme Rando Santé.

Ils peuvent maintenant encadrer, dans leur club labellisé Santé, des sorties s'adressant à des personnes autonomes, sur terrain plat ou faible pente, de 4 à 9 km, en respectant la devise "moins vite, moins loin, moins longtemps".

Contact : cantal.medecin@ffrandonnee.fr



SERVICES DU CDOS CANTAL

REALISATION SUPPORTS DE COMMUNICATION



Le CDOS peut vous apporter son aide dans la réalisation de vos supports de **communication** : affiches, flyers, invitations...à moindre coût.

REALISATION DES BULLETINS DE PAIE ET DSN



Le CDOS est reconnu **tiers de confiance** par l'URSSAF. Destiné aux associations de moins de 10 salariés, ce service vous propose de réaliser vos **bulletins de paie** et d'effectuer vos **déclarations sociales nominatives** auprès des organismes sociaux.