

CERCLE PIERRE DE COUBERTIN

DU 14 au 18 Novembre 2022
71200 LE CREUSOT



SAONE-ET-LOIRE



CERCLE PIERRE DE COUBERTIN

Lundi 14 Novembre 2022

PREVU

Valeur : Citoyenneté

Couleur : Noir

Public : seniors

Contact/Support : Complexe des Acacias (matin) / Randonnée Pédestre départ (Les Combes) l'après-midi

Descriptif : Les activités : GYM +, programme expérimental sur la Saône-et-Loire par la Fédération Française de Gymnastique, coupler normalement avec Vélo+. Les Epahd seront contactées pour participer à ces actions.

Lieux et horaires : Regroupement Lundi 14 Novembre de 8h30 à 10h30 et de 14h00 à 16h00

Relation avec le Thème : Lors de la discussion et de la présentation de la journée il sera évoqué les attitudes citoyennes dans le cadre du sport. Les valeurs olympiques seront également évoquées.

REALISE

La coordonnatrice des EHPAD du Creusot a été contactée. Les EPADH sont sous l'égide du Conseil Départemental : Après après et email, la coordonnatrice nous a informé qu'il n'y avait pas eu d'inscription.

Matinée :

Retraite Sportive Le Creusot – ACAPS Le Creusot

Homme et femme de tout horizon.

1^{er} Groupe : 19 participants

2^e Groupe : 46 participants

3^e Groupe : 53 participants

Après midi 28 personnes.

Encadrement : Laure BERTHAUD, agréée par la FF GYM, employée par Montceau Gym.

Présence de M. ACHOU, M. GARCIN, M. PONCBELANC, M. COUPAT

TOTAL : 152.

CITOYENNETE



CERCLE PIERRE DE COUBERTIN

Lundi 14 Novembre 2022



Le Creusot – Salle des Acacias

CERCLE PIERRE DE COUBERTIN

Lundi 14 Novembre 2022



Départ pour la marche nordique

CERCLE PIERRE DE COUBERTIN

Mardi 15 Novembre 2022

PREVU

Valeur : Respect

Couleur : Jaune

Public : Scolaires Primaires.

Contact/Support : DASEN – Ville du Creusot et ses services -Comités Départementaux ou clubs locaux : AVIRON – MOLKY - HANDBALL – SPORT BOULES - RESPECT

Descriptif : Regroupement de 10 minutes en amont pour parler du respect - puis 10 minutes d'échauffement collectif – activités à définir

Lieu : Complexe Jean Garnier –Gymnase Jean de Prat –Vestiaires collectifs Regroupement sur le lieu d'activités ATTENTION : 2 plans suivant le temps - horaires temps scolaires, et/ou brassage des classes. Relation avec le Thème : Lors de la discussion et de la présentation de la journée il sera évoqué les attitudes de respect dans le cadre du sport (Encadrants – Adversaires – Coéquipiers – Arbitres - Equipements). Les valeurs olympiques seront également évoquées.

REALISE

Lieu et Horaires : 14h00 à 16h00 au Stade Jean Garnier et Salle Jean de Prat

Intervenants :

- Comité Départemental Olympique et Sportif
- Club nautique Creusotin et Comité départemental de Saône et Loire d'aviron
- Comité départemental des sports de boules
- Comité départemental d'handball
- STAPS le Creusot
- Educateurs sportifs agréés
- ETAPS ville du Creusot

RESPECT



CERCLE PIERRE DE COUBERTIN

Mardi 15 Novembre 2022

REALISE

Classes concernées :

Organisation des rotations mardi après-midi - Semaine Pierre de Coubertin

	Quizz		Aviron		Molky/Pétanque		Tchoukball		Jeux traditionnels	
Encadrement	CDOS		CNC + Ligue d'aviron		CDOS + Comité départemental des sports de boules		Comité handball Saône et Loire		STAPS + ETAPS ville du Creusot	
14h15 - 14h35	CP1	CP2	E1	E2	E3	E4	E5	E6	E7	E8
14h36 - 14h56	E3	E6	CP1	CP2	E1	E7	E2	E8	E4	E5
14h57 - 15h17	E7	E5	E3	E8	CP1	CP2	E1	E4	E2	E6
15h18 - 15h38	E2	E4	E5	E7	E6	E8	CP1	CP2	E1	E3
15h39 - 16h00	E1	E8	E4	E6	E2	E5	E3	E7	CP1	CP2

Nom d'équipe	Etablissement	Nombre d'élèves	Couleur de chasuble	Nom d'équipe	Etablissement	Nombre d'élèves	Couleur de chasuble
CP1	Ecole Sud-Michelet	8 CP	Bleu	E4	Ecole Sud-Michelet	10 CE2	Rouge
CP2	Ecole Sud-Michelet	8 CP	Rouge	E5	Ecole Sud-Michelet + Rosa Parks	6 CE2 + 4 CE2	Orange
E1	Ecole Sud-Michelet	8CE1	Jaune	E6	Ecoles Sud-Michelet + Rosa Parks	6 CE2 + 4CE2	Noir
E2	Ecole Sud-Michelet	10 CE2	Vert	E7	Ecoles Sud-Michelet + Rosa Parks	6 CE2 + 4CE2	Violet
E3	Ecole Sud-Michelet	10 CE2	Bleu	E8	Ecole Rosa Parks	11	Blanc

Effectifs : 110 enfants + 15 adultes écoles + 12 encadrants + 8 UFRSTAPS : 145 personnes

A noter la présence de M. MARTI : Maire de la Ville du Creusot et Président de la Communauté Urbaine Le Creusot Montceau.

CERCLE PIERRE DE COUBERTIN

Mardi 15 Novembre 2022



CERCLE PIERRE DE COUBERTIN

Mardi 15 Novembre 2022



CERCLE PIERRE DE COUBERTIN

Mardi 15 Novembre 2022



CERCLE PIERRE DE COUBERTIN

Mardi 15 Novembre 2022

charte sportive



Je suis à l'heure aux entraînements et aux compétitions



J'ai ma tenue pour pratiquer mon activité



Je suis poli



J'accepte tout le monde

Mon papa ou ma maman vient avec moi vers l'éducateur avant l'entraînement



Je respecte les arbitres



Je fais attention au matériel que l'on me prête



Je respecte mon adversaire



Je pratique mon sport avec fair-play



Je respecte les règles



Je range le matériel après l'entraînement



J'éprouve du plaisir à faire du sport en club



Je progresse en m'entraînant régulièrement

Cercle Pierre de Coubertin – Le RESPECT

Affiche réalisée par l'ADFPSV 71.



Le Cercle Pierre De Coubertin était présent.



CERCLE PIERRE DE COUBERTIN

Mercredi 16 Novembre 2022

PREVU

Valeur : Excellence

Couleur : Vert

Public : Collégiens du département.

Contact/Support : Ville du Creusot et ses services - CD UNSS sur des compétitions mises en place

Descriptif : Compétitions officielles UNSS ATHLETISME, avec la mise en place d'un jeu quizz sur les valeurs olympiques.

Réalisé

Lieux et horaires : 13h00 – 17h00 à la Hall des Sports du Creusot

Relation avec le Thème : Un stand Quizz sur les valeurs olympiques et les Jeux olympiques a été mis en place.

Effectif : 157 collégiens, des professeurs, des encadrants : 200 personnes.
Présence des membres du CDOS et du Cercle Pierre De Coubertin.

EXCELLENCE



CERCLE PIERRE DE COUBERTIN

Mercredi 16 Novembre 2022



CERCLE PIERRE DE COUBERTIN

Mercredi 16 Novembre 2022



Animation avec le Jeu "Quizz Olympique" du CDOS 71



CERCLE PIERRE DE COUBERTIN

Jeudi 17 Novembre

PREVU

Valeur : Amitié

Couleur : Rouge

Public : IME – ULIS -Jeunes pratique Handisport et sport adapté

Lieu : Salle Jean de Prat (après-midi)

Partenaires locaux : Education Nationale / Comité départemental Handisport / Comité Régional Sport Adaptés/ IME / Pôle Universitaire STAPS

Descriptif : Accueil d'une section de l'IME du Breuil et des classes ULIS du Creusot. Mise en place d'ateliers d'initiation à la pratique sportive.

Réalisé

Lieux et horaires : 13h00 – 17h00 à la Hall des Sports du Creusot

Relation avec le Thème : Les enfants ont été accueillis par les intervenants du CD HANDISPORT et du CR SPORT ADAPTES. Les activités ont été encadrés par les jeunes de l'UFR STAPS.

Effectif : 60 collégiens, des professeurs, des encadrants : 80 personnes.

FRATERNITE



CERCLE PIERRE DE COUBERTIN

Jeudi 17 Novembre



CERCLE PIERRE DE COUBERTIN

Jeudi 17 Novembre



CERCLE PIERRE DE COUBERTIN

Vendredi 18 Novembre 2022

PREVU

Valeur : Amitié
Couleur : Bleu
Public : Adultes.

Public Cible : Employés de la collectivité ou de la CUCM Clubs locaux: ACAPS, retraite sportive Le Creusot

Contact/Support : Ville du Creusot et ses services – Conseil Départemental de Saône-et-Loire - CD Athlétisme

Descriptif : Mise en place du diagnofom actif. (Présentation en PJ)

Relation avec le Thème : Il faudra que les employés fassent preuve de solidarité pour ne pas porter préjudice au fonctionnement des services de la municipalité.

Réalisé

Lieux et horaires : 08h00 – 17h00 à la Salle de Prat

Relation avec le Thème : Le dagnofom a été proposé aux agents de la ville du Creusot, mais aussi à la retraite sportive et l'ACAPS que nous avons vu le Lundi.

Effectif : 80 personnes et 32 encadrants : 112 personnes.

AMITE



CERCLE PIERRE DE COUBERTIN

Vendredi 18 Novembre 2022



CERCLE PIERRE DE COUBERTIN

Vendredi 18 Novembre 2022



CERCLE PIERRE DE COUBERTIN

Vendredi 18 Novembre 2022

➔ Diagnoform® : une réponse aux enjeux de santé publique

Lutter contre la sédentarité : une priorité

Déplacements en transports « passifs », assis plusieurs heures au bureau... Aujourd'hui, plus des deux tiers des adultes ne s'activent pas suffisamment pour préserver leur santé. D'après l'Organisation mondiale de la santé (OMS), la sédentarité est pourtant le quatrième facteur de mortalité dans le monde, responsable chaque année de près de 3,2 millions de décès prématurés. Autre constat alarmant, le phénomène de désconditionnement physique gagne désormais les enfants : ils mettent aujourd'hui une minute et demi de plus à courir 1,6 km que les enfants de 1970.

En réponse à ce constat, le PNAPS (Plan national de prévention par les activités physiques et sportives) insiste, depuis 2008, sur l'importance d'encourager les Français à se dépenser davantage, tandis que la Charte de Toronto de 2010 rappelle combien l'activité physique est essentielle pour préserver son autonomie. Enfin, le Plan national nutrition-santé 2011-2015 (PNANS 3) va également dans ce sens en reprenant les données du PNAPS dans ses recommandations.

Diagnoform® : un outil pratique pour promouvoir l'activité physique

Fruit d'un travail d'experts initié en 2004, le Diagnoform® est un outil ludique validé scientifiquement^{1,2}, qui mesure de manière précise et objective la condition physique d'un individu. Une aide précieuse pour savoir où l'on en est, dans la bonne humeur, sans culpabilisation.

Grâce à cet outil simple, fiable et peu coûteux, chacun peut obtenir son bilan de forme personnalisé. Utilisé à l'échelle collective, il fournit un instantané de l'état de forme d'une population ciblée.



140 000 personnes ont réalisé le Diagnoform® depuis 2005

De 5 à 90 ans Le Diagnoform® est accessible à tous

1. Sørensen K. et al. Children's cardiovascular fitness: a global indicator. American Heart Association Scientific Statement 2016.
2. Sørensen K, Andersen L, Frøberg K, et al. Monitoring fitness levels and identifying populations for health: a French population in international context. BMC Sports Sci Med Res 2012.
3. Veituroy K. et al. Faisabilité et validation de la méthode de bilan personnel Diagnoform. 03 avril 2015.



3 questions à J.F. Toussaint

Cofondateur et directeur de l'Institut de Recherche bioMédicale et d'Épidémiologie du Sport (IRMES)

Quels sont les enjeux de l'évaluation de la condition physique des Français ?
Chacun aspire à être plus en forme mais jamais les Français n'ont été aussi sédentaires qu'aujourd'hui. Aussi, remettre les populations en mouvement nécessite de passer par une prise de conscience personnelle de son état de forme. A ce titre, évaluer sa condition physique à un instant T est un élément indispensable.

Pourquoi le Diagnoform® a-t-il été adapté à toutes les catégories d'âges ?
L'objectif est de proposer des exercices accessibles pour tous, afin d'éviter que les participants ne soient mis en échec.

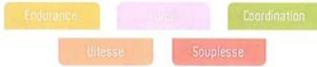
Il est donc naturel de prendre en compte l'âge, le niveau de forme ou les éventuelles pathologies pour adapter les exercices proposés et s'assurer que chacun passe un moment positif, source d'une motivation renouvelée pour bouger plus et mieux.

En quoi est-ce un outil résolument innovant ?
Cet outil propose une évaluation de la forme physique simple, efficace, peu coûteuse en temps et en matériel et facilement déclinable, c'est ce qui fait sa grande force. Cette nouvelle approche est aussi un levier d'actions en matière de santé publique car elle fournit des données inédites en France sur l'état de forme selon l'âge, le sexe, la région, etc.

➔ Diagnoform®, une approche positive de la forme

Le Diagnoform®, c'est :

Un ensemble de tests évaluant de manière fiable les 5 grandes qualités physiques qu'il est indispensable d'entretenir tout au long de la vie pour préserver son bien-être et sa santé durablement.



Les résultats obtenus, associés à l'IMC (Indice de Masse Corporelle), fournissent un indicateur précis : le quotient de forme. L'approche positive et ludique du Diagnoform® - toujours encourager, ne jamais culpabiliser - permet une prise de conscience des participants, qui découvrent ainsi leurs atouts et les axes de progrès possibles.

Le bilan, totalement encadré par des experts du sport-santé, suscite ainsi l'étan positif vers plus d'activité au quotidien.

Une offre accessible à tous

Enfants, adolescents, adultes actifs, seniors... Le Diagnoform® se décline en fonction de l'âge et du niveau de forme du public ciblé.

Quatre versions sont ainsi proposées.

5 à 10 ans Diagnoform® «Kid» 30' 5 exercices Pour les 5 qualités physiques de base (endurance, force, coordination, vitesse, souplesse)	10 à 25 ans Diagnoform® «Tonic» 45' 9 exercices Pour que l'entraînement soit efficace et amusant, il faut varier les exercices.	20 à 65 ans Diagnoform® «Active» 45' 9 exercices Pour les 5 qualités physiques de base (endurance, force, coordination, vitesse, souplesse) et pour améliorer la condition physique.	+60 ans Diagnoform® «Santé» 45' 9 exercices Pour les 5 qualités physiques de base (endurance, force, coordination, vitesse, souplesse) et pour améliorer la condition physique.
---	---	--	---

Jusqu'à 9 ateliers pour tester sa forme

Test de gainage, test de souplesse, test de coordination... Les participants sont soumis à une série de 5 ou 9 exercices spécifiques en fonction de leur âge. Chaque exercice vise l'évaluation d'une ou de deux qualités physiques en tenant compte des capacités de chacun. Quelle que soit la version, le Diagnoform® est une mesure globale de la condition physique, réalisée par un enchaînement d'exercices dans un ordre précis.



LE DIAGNOFORM® EN UN CLIN D'ŒIL

20 à 45 minutes Le temps nécessaire pour réaliser l'ensemble des tests.

800 personnes Le nombre maximum de participants qui peuvent être testés en une journée.

Le Diagnoform® «Pocket» La version allégée du Diagnoform®, pensée pour les entreprises ou les collectivités disposant de moins d'espace dans leurs locaux.

Les Rencontres de la Forme®

Le Diagnoform® s'inscrit au cœur de cet événement pour associer tests physiques et ateliers d'initiation.



Des résultats commentés en temps réel

Le bilan personnalisé est communiqué immédiatement après les tests. Il permet de faire le point sur chacune des 5 qualités physiques, sur son état de forme global, mais aussi de se situer par rapport à la moyenne obtenue par les participants de la même génération.

Le bilan est remis au participant par un membre du personnel encadrant : l'occasion d'engager un dialogue autour des résultats en vue d'une amélioration.

Des résultats adaptés aux enfants

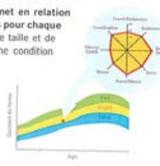
Le Diagnoform® Kid est accessible, même aux plus petits. Une fois les tests réalisés, un diplôme est remis aux enfants et un animal totem leur est attribué pour symboliser la meilleure qualité physique.



Zoom sur le radar et le quotient de forme

Le schéma sous forme de radar met en relation l'ensemble des résultats obtenus pour chaque qualité. Le graphique est de bonne taille et de forme circulaire ? C'est signe d'une condition physique bien équilibrée.

Le quotient de forme présenté dans le bilan personnalisé permet de positionner, chaque participant par rapport aux personnes du même sexe et de la même tranche d'âge ayant déjà réalisé les tests.



POUR ALLER PLUS LOIN

Au-delà de l'activité physique, le Diagnoform® peut s'accompagner d'outils d'évaluation complémentaires :

- Le bilan mode de vie
- Propose une évaluation globale des habitudes de vie : alimentation, activité physique, sommeil...
- Le questionnaire bien-être
- Décrypte l'état émotionnel et affectif du participant, le jour du test et les jours précédents.
- Le Diagnoform®
- Dresse le profil alimentaire d'un individu (www.diagnoform.com).

Le Diagnoform®, sur le web

www.diagnoform.com Hébergé sur Internet, le Diagnoform® permet de stocker les résultats dans une base de données commune et d'obtenir des statistiques. Le site propose une navigation simple et un contenu riche en informations, qui met notamment à disposition un mode d'emploi pour déployer les tests du Diagnoform® soi-même.

Il offre par ailleurs la possibilité d'enregistrer les scores obtenus ainsi que la comparaison automatique des résultats avec l'Observatoire de la Forme®. Grâce à l'identification en ligne des participants, l'évolution du quotient de forme peut être suivie.

Enfin, pour le personnel de santé, une extraction des relevés poids/taille peut être effectuée afin de cibler les actions en fonction des IMC de chacun. Seules les personnes autorisées peuvent accéder aux données personnelles des participants. Diagnoform® a fait l'objet d'une déclaration à la CNIL.



➔ L'Observatoire de la Forme® : développer et diffuser les connaissances sur la forme

Une aide à la prise de décision

Parce qu'il permet de tester jusqu'à 800 personnes en une seule journée, le Diagnoform® se révèle aussi être un outil puissant d'évaluation collective.

Les données récoltées constituent de véritables ressources pour dresser un bilan de l'état de forme des populations d'un territoire donné, confirmer ou infirmer une intuition, obtenir un retour d'expérience ou encore dégager des tendances de fond. Ces données sont mises à disposition des experts du sport-santé et des décideurs puis centralisées et analysées par l'Observatoire de la Forme®.

Cette analyse permet une meilleure compréhension de l'état de forme des Français et propose un éclairage inédit des actions à mener en matière de santé publique.

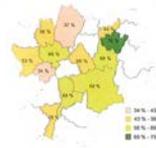


Trois exemples d'exploitation de données

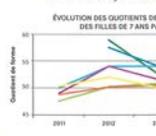
Taux de licenciés sportifs masculin en Rhône-Alpes, relevé entre 2008 et 2013, en lycées.

L'étude a porté sur 68 établissements : lycée d'enseignement général et technique (LEGT), CFA, lycée agricole, lycée professionnel et MFR soit près de 15 000 jeunes touchés.

Elle a permis d'analyser les évolutions avec l'âge du niveau de forme physique, de l'IMC et du nombre de licenciés en association sportive ainsi que les spécificités selon les types de lycées, le sexe et la localisation géographique.



Suivi dans le temps du niveau de forme des jeunes d'une ville.



Exemple de Lambersart (59) : évolution depuis 2011 du quotient de forme de 340 enfants d'une même tranche d'âge.

Le suivi de l'évolution du quotient de forme physique de ses écoliers et collégiens depuis 2011 est pour la ville de Lambersart un indicateur très précieux pour la détermination et l'évaluation de ses politiques sport et santé envers les jeunes.

Analyses précises par âge, genre, postes de travail des niveaux de forme.



Exemple de 170 salariés d'une entreprise de travaux publics, en Ile-de-France.

Les outils statistiques disponibles permettent une analyse fine de la condition physique et de l'IMC d'une population selon de nombreux paramètres : âge, genre, poste de travail, etc. Des actions ciblées et efficaces peuvent alors être mises en place.

PRÈS DE 140 000 DONNÉES inédites sur la forme des Français recensées au sein de l'Observatoire de la Forme®

CERCLE PIERRE DE COUBERTIN



Avec la participation du Cercle Pierre de Coubertin



CERCLE PIERRE DE COUBERTIN

Résultat de la semaine

Lundi	152 personnes
Mardi	145 personnes
Mercredi	200 personnes
Jeudi	80 personnes
Vendredi:	112 personnes

TOTAL 689 F



CERCLE PIERRE DE COUBERTIN

Renseignements

CDOS 71

"Action Cercle Pierre de Coubertin"

16 rue des Prés 71300 Montceau-Les-Mines

03.85.57.63.00 06.30.18.24.34

saonneetloire@franceolympique.com



SAONE-ET-LOIRE

