

Mercredi 14 mars 2012

COMMUNIQUE DE PRESSE

« Senior et sportif », des ateliers de sport destinés aux seniors

La Mutualité Française Poitou-Charentes, en partenariat avec la Faculté des sciences du sport de l'Université de Poitiers, lance un projet innovant sur trois ans pour développer la pratique d'activités physiques et sportives chez les seniors. L'objectif de l'action ? Prévenir le déclin des capacités physiques et cognitives des aînés et contribuer au développement d'une offre d'activités sportives qui leur soit adaptée. Une initiative saluée par le ministère des Solidarités et de la Cohésion sociale, qui a retenu ce projet parmi les 7 financés par le Fonds d'innovation et d'expérimentation sociale.



Ateliers sport et santé 2011 ©MFPC

POINT PRESSE

Mardi 27 mars 2012
à 11h30

Mutualité Française de la Vienne
60, rue Carnot à Poitiers

Les journalistes sont conviés au point presse et à la signature de la convention entre la Mutualité Française Poitou-Charentes et la Faculté des sciences du sport de Poitiers.

**Merci de confirmer votre présence
au 05 16 18 70 29**

Le cœur du projet « Senior et sportif » repose sur la mise en place d'ateliers d'activité physique gratuits et adaptés, à destination des personnes âgées de 57 ans et 77 ans et qui ne pratiquent pas ou plus d'activité physique régulière. Gym douce, méthode Pilates, fitness, aquagym, ou encore marche d'orientation, une large gamme d'ateliers sera proposée chaque semaine à partir d'octobre 2012 sur les 4 départements de Poitou-Charentes. Ils sont organisés autour de trois axes de travail sur la santé : équilibre et souplesse articulaire, renforcement cardiovasculaire, mémoire. Des conférences sont prévues en amont des ateliers afin de sensibiliser et orienter les participants.

Un partenariat étroit avec la Faculté des sciences du sport de l'Université de Poitiers

Les ateliers sont préparés et animés par des étudiants de la Faculté des sciences du sport. Cette action de prévention s'inscrit dans leur programme de formation et ils bénéficient pour l'assurer de l'encadrement de leurs enseignants. Le caractère intergénérationnel des ateliers est un atout salué de façon unanime par les seniors participants qui peuvent retrouver chaque semaine les photos des activités pratiquées et les conseils santé sur un réseau social bien connu.

Le laboratoire MOVE (Mobilité, Vieillesse et Exercice) de la Faculté des sciences du sport de Poitiers est également impliqué. Il réalise un diagnostic préalable et propose des programmes individuels établis en fonction des besoins et des capacités physiques des participants.

Contacts Mutualité Française Poitou-Charentes :

Presse / Dorothee Brunet-Lecomte - 05 16 18 70 29 – communication@mfpc.fr
Projet / Joëlle Rassat, chargée de prévention santé – 05 45 20 57 51 – jrassat@mfpc.fr

Afin de créer une dynamique au-delà des ateliers, la direction régionale de la Jeunesse, des Sports et de la Cohésion sociale (DRJSCS), également partenaire du projet, s'attache en parallèle à répertorier les clubs sportifs qui développent une offre adaptée à la santé des seniors (encadrants formés, créneaux horaire dédiés...). Le but étant d'offrir au public qui aura fréquenté les ateliers « senior et sportif » une palette élargie d'activités physiques adaptées.

Un engagement récompensé à hauteur de 70 000 €

La Mutualité Française Poitou-Charentes a reçu une subvention de 70 000€, versée par le ministère des Solidarités et de la Cohésion sociale, pour développer cette action de prévention de la perte d'autonomie des seniors entre 2012 et 2014. C'est un encouragement et une vraie reconnaissance pour la Mutualité Française Poitou-Charentes qui s'implique depuis de nombreuses années dans la mise en place d'ateliers « sport et santé ».

A propos de la Mutualité Française Poitou-Charentes :

La Mutualité Française Poitou-Charentes est l'union régionale de la Mutualité Française en Poitou-Charentes. La Mutualité Française Poitou-Charentes anime et coordonne la vie mutualiste dans la région, elle représente et défend le mouvement mutualiste et participe au développement de la Mutualité. La Mutualité Française Poitou-Charentes met également en œuvre des programmes de Prévention et de Promotion de la santé qui sont déclinés sur tout le territoire régional. Ces programmes permettent la réalisation d'actions de proximité favorisant la responsabilisation et l'autonomie des populations concernées par le maintien de leur capital santé. Les programmes dédiés au maintien de l'autonomie, aux maladies cardio-vasculaires, au cancer et aux addictions, s'inscrivent tout naturellement dans Priorité Santé Mutualiste. Soucieuses de contribuer à la réduction des inégalités de santé, les mutuelles relaient les actions de prévention menées par la Mutualité Française Poitou-Charentes auprès de leurs adhérents, permettant ainsi une information ciblée du public.

A propos de la Faculté des Sciences du Sport

La Faculté des Sciences du Sport de Poitiers propose une large palette de formations initiales et continues dans les secteurs de la santé, de l'enseignement, de l'entraînement sportif et du management. Elle développe également une activité de recherche en sciences de l'activité physique dans quatre laboratoires labellisés, qui bénéficient chacun d'une excellente réputation nationale et internationale. Ces compétences de formation et de recherche permettent à la Faculté des sciences du sport de participer de façon active à la vie du territoire, Cette action conjointe avec la Mutualité Française en est un exemple représentatif.

ⁱ <http://fr-fr.facebook.com/pages/Le-BIEN-ETRE-par-lactivit%C3%A9-physique-ateliers-sport-sant%C3%A9/285541854806655#!/pages/Le-BIEN-ETRE-par-lactivit%C3%A9-physique-ateliers-sport-sant%C3%A9/285541854806655?sk=wall>

Contacts Mutualité Française Poitou-Charentes :

Presse / Dorothee Brunet-Lecomte - 05 16 18 70 29 – communication@mfdc.fr
Projet / Joëlle Rassat, chargée de prévention santé – 05 45 20 57 51 – jrassat@mfdc.fr