



Le COL-porteur n°21

Le Calendrier des Sorties de Marche Nordique

Pour permettre aux adhérents de programmer leur participation aux sorties de marche nordique, et aux accompagnants d'organiser leurs sorties dans les meilleures conditions en fonction du nombre et du niveau des participants, un calendrier prévisionnel a été élaboré. Il est présenté en **Annexe 1**.

Les sorties « habituelles » ont lieu :

- Le **Mardi** matin, guidées par Francine et Odile, départ à 9h* du parking face au *Lutéva*
- Le **Mercredi** après-midi, guidées par Christine, Claude, et Stéphane, départ à 14h* du parking devant le Club-House, avenue Joseph-Vallot.
- Le **Judi** soir, guidées par Daniel et Jean-Pierre, départ à 18h du parking devant le Club-House de Lodève ou d'un lieu mentionné dans la convocation.
- Le **Samedi** matin, guidées par Jean-François et Michel, départ à 9h* du parking devant le Club-House, avenue Joseph-Vallot.

* *horaire sujet à ajustement éventuel mentionné dans la convocation.*

Les sorties de marche nordique sont, naturellement, conditionnées par la **météo** qui peut, dans certains cas, amener à modifier la destination ou annuler. Il est donc recommandé aux participants potentiels de se manifester par SMS auprès de l'accompagnant.



Durant les **vacances scolaires**, les sorties prévues le samedi seront maintenues si le nombre de participants intéressés le justifie. D'autres sorties pourraient être organisées le mercredi après-midi dans ces périodes si un nombre suffisant de personne est intéressé.

Le **vendredi 2 décembre**, à partir de **18h**, le COL participera, comme chaque année, à la Soirée du **Téléthon**. Les membres de l'association se retrouveront sur le parvis du *Lutéva*, où sera installé le Stand du Club Omnisports du Lodévois et de la Maison Sport-Santé du Lodévois-Larzac. Ils partiront ensuite pour une **marche nordique en nocturne** au retour de laquelle ils seront accueillis par un vin chaud.

Des sorties de « **marche sportive** » sont organisées par Christine les **mercredis 18 janvier et 12 avril**. Il s'agira de **marche nordique** à allure soutenue, à visée « cardio », en mode fractionné. Il est demandé, pour ces sorties aussi, de se manifester au plus tard 15 jours avant la date prévue. Ces jours-là, la sortie « habituelle » sera maintenue et guidée par Claude, sur le même parcours, ce qui permettra aux personnes intéressées mais hésitantes de se tester et de rejoindre le groupe de marche nordique « normale » en cours de parcours si nécessaire. D'autres sorties de ce type seront proposées si le nombre de participants le justifie.

Des **sorties exceptionnelles** sous forme de **Journées « Découverte »** sont proposées certains samedis ou dimanches. En règle générale, ces sorties comporteront un repas « tiré du sac » à midi et se poursuivront en début d'après-midi. Il est indispensable que les personnes intéressées se manifestent le plus rapidement possible et, au plus tard, 2 semaines avant la date prévue pour permettre une organisation adaptée au nombre et au niveau des participants. La confirmation de ses sorties dépendra, évidemment, du nombre de personnes inscrites. Des « sympathisantes et sympathisants » du COL pourront être invité(es) lors de ces

sorties si le Président en est informé et donne son accord (pour des raisons d'assurance). En voici la liste prévisionnelle (sous réserve de confirmation liée au nombre d'inscrits et à la météo) :

- Le **samedi 17 décembre**, Jean-François propose une sortie au **Belvédère de la Gardiole** (13.5km, dénivelé 250 m). Description : https://www.herault-tourisme.com/fr/fiche/itineraires-touristiques/randonnee-cit-art-les-belvederes-de-la-gardiole-fabregues_TFOITILAR034V51ADQO/
- Le **dimanche 18 décembre**, Francine propose la randonnée des **Canoles du Larzac** (environ 8,5 km et 200 m de dénivelé), suivie, l'après-midi, de la visite d'un atelier de fabrication d'huiles essentielles à partir de la flore locale et d'un atelier de Poterie.
- Le **samedi 26 novembre**, Jean-François propose une sortie à la **Cité de Minerve** (9 km, dénivelé 450 m). Description : https://www.herault-tourisme.com/fr/fiche/itineraires-touristiques/randonnee-de-la-cite-de-minerve-minerve_TFOITILAR034V50U8CA/
- Le **samedi 21 janvier**, Jean-François propose la randonnée des **Fenestrettes** près de Saint-Guilhem-le-Désert (10 km, dénivelé 715 m). Description : https://www.herault-tourisme.com/fr/fiche/itineraires-touristiques/randonnee-des-fenestrettes-saint-guilhem-le-desert_TFOITILAR034V508QUQ/
- Le **samedi 18 février**, Jean-François propose Le **Tour des Verdisses** (12,5 km, dénivelé 10 m). Description : https://www.herault-tourisme.com/fr/fiche/itineraires-touristiques/randonnee-le-tour-des-verdisse-agde_TFOITILAR034V515MQK/
- Le **samedi 1^{er} avril**, Jean-François propose une sortie dans les Gorges de Colombières (13 km, dénivelé 800 m). Description : https://www.herault-tourisme.com/fr/fiche/itineraires-touristiques/randonnee-des-gorges-de-colombieres-colombieres-sur-orb_TFOITILAR034V508QUZ/
- Le **samedi 13 mai**, Jean-François propose une sortie à **Peyre Martine** (17 km, dénivelé 1000 m). Description : https://www.herault-tourisme.com/fr/fiche/itineraires-touristiques/randonnee-de-peyre-martine-saint-jean-de-bueges_TFOITILAR034V50U4CM/
- Le **samedi 24 juin**, Jean-François propose le **Chemin des Légendes** (13 km, dénivelé 775 m). Description : https://www.herault-tourisme.com/fr/fiche/itineraires-touristiques/randonnee-du-chemin-des-legendes-riols_TFOITILAR034V50U8A4/

Le C.O.L. à la Journée « Octobre Rose »

Le Club Omnisports du Lodévois et la Maison Sport-Santé du Lodévois-Larzac étaient présents, Salle Ramadier à Lodève, le 23 Octobre, pour contribuer activement à la Journée « Octobre Rose » afin de soutenir la lutte contre le cancer du sein. Un groupe de vaillants marcheurs a participé à la « Marche Solidaire » sur la boucle de 7 km !



La Journée de Formation PSC1

Dans son rôle de formation, la **Maison Sport-Santé du Lodévois-Larzac (MSSL)**, soutenue par le COL, a organisé et pris en charge le samedi 19 novembre 2022 une journée de formation diplômante PSC1 (**Prévention et Secours Civique de niveau 1**) animée par Véronique **Thalic** (de l'Association Agathoise Sauvetage Secourisme Natation – Agde). Le but est de permettre à celles et ceux qui encadrent les sessions d'activité physique ou de marche nordique et aux participants de faire face aux situations d'urgence : hémorragie, étouffement, malaise, perte de connaissance, arrêt cardio-respiratoire, utilisation d'un défibrillateur automatique, plaie, brûlure, traumatisme... Douze personnes ont profité de cette première session dans une ambiance à la fois studieuse, détendue, et très animée. Elles ont particulièrement apprécié

l'efficacité de jeux de rôles pour la mise en situation permettant de mettre en pratique les procédures et les gestes essentiels adaptés à chaque situation.
D'autres sessions seront organisées pour permettre à toutes les personnes impliquées dans le fonctionnement de la MSSLL de remplir leur rôle en toute sécurité.



Le Compte-rendu de l'Assemblée Générale du COL

Mercredi 5 Octobre à la **Salle du Peuple** de la Mairie de Lodève s'est tenue l'**assemblée générale** du Club Omnisports du Lodévois. 63 personnes étaient présentes ou représentées.

Le **rapport moral**, présenté en **Annexe 2**, a été présenté par le Président Jean-Pierre Combes. Le **rapport financier** a été présenté par le Trésorier, Sébastien Fernandez, et le vice-président, Sébastien Vaissade. Ces rapports ont été approuvés à l'unanimité.

Il a été ensuite procédé au renouvellement du **bureau** de l'association. Ont été élus :

- Président : Jean-Pierre Combes
- Vice-président : Sébastien Vaissade
- Trésorier : Sébastien Fernandez
- Secrétaire : Christiane Van Cauwenberghe
- Administrateurs : Michel Canac, Michel Dauzat, Gilbert Laroque, Jean-François Leydier, Nathalie Marcadal, Marie-Line Martinez, Christine Triaire

Annexe 1

Calendrier des Sorties de Marche Nordique du C.O.L. 2022-2023

Août 2022	Septembre 2022	Octobre 2022	Novembre 2022	Décembre 2022	Janvier 2023
1 Lu 31	1 Je	1 Sa	1 Ma Toussaint	1 Je	1 Di Jour de l'an
2 Ma	2 Ve	2 Di	2 Me	2 Ve Téléthon 18h M. N. nocturne	2 Lu 1
3 Me	3 Sa	3 Lu 40	3 Je	3 Sa	3 Ma Marche Nordique
4 Je	4 Di	4 Ma	4 Ve	4 Di	4 Me Marche Nordique
5 Ve	5 Lu 36	5 Me	5 Sa	5 Lu 49	5 Je Marche Nordique nocturne
6 Sa	6 Ma	6 Je	6 Di	6 Ma Marche Nordique	6 Ve Epiphanie
7 Di	7 Me	7 Ve	7 Lu 45	7 Me Marche Nordique	7 Sa Marche Nordique
8 Lu 32	8 Je	8 Sa	8 Ma Marche Nordique	8 Je Marche Nordique nocturne	8 Di
9 Ma	9 Ve	9 Di	9 Me Marche Nordique	9 Ve	9 Lu 2
10 Me	10 Sa	10 Lu 41	10 Je Marche Nordique nocturne	10 Sa Cité de Minerve 9km/456m	10 Ma Marche Nordique
11 Je	11 Di	11 Ma	11 Ve Armistice	11 Di	11 Me Marche Nordique
12 Ve	12 Lu 37	12 Me	12 Sa Marche Nordique	12 Lu 50	12 Je Marche Nordique nocturne
13 Sa	13 Ma	13 Je	13 Di	13 Ma Marche Nordique	13 Ve
14 Di	14 Me	14 Ve	14 Lu 46	14 Me Marche Nordique	14 Sa Marche Nordique
15 Lu Assomption 33	15 Je	15 Sa	15 Ma Marche Nordique	15 Je Marche Nordique nocturne	15 Di
16 Ma	16 Ve	16 Di	16 Me Marche Nordique	16 Ve	16 Lu 3
17 Me	17 Sa	17 Lu 42	17 Je Marche Nordique nocturne	17 Sa Belvédère La Gardiole 13km	17 Ma Marche Nordique
18 Je	18 Di	18 Ma	18 Ve	18 Di Canoles du Larzac	18 Me M. sportive + M. nordique
19 Ve	19 Lu 38	19 Me	19 Sa Formation PSC1	19 Lu 51	19 Je Marche Nordique nocturne
20 Sa	20 Ma	20 Je	20 Di	20 Ma	20 Ve
21 Di	21 Me 14h Christine	21 Ve	21 Lu 47	21 Me	21 Sa Les Fenestrettes 10km/7
22 Lu 34	22 Je	22 Sa	22 Ma Marche Nordique	22 Je	22 Di
23 Ma	23 Ve	23 Di marche octobre rose	23 Me Marche Nordique	23 Ve	23 Lu 4
24 Me	24 Sa	24 Lu 43	24 Je Marche Nordique nocturne	24 Sa	24 Ma Marche Nordique
25 Je	25 Di	25 Ma	25 Ve	25 Di Noël	25 Me Marche Nordique
26 Ve	26 Lu 39	26 Me	26 Sa Marche Nordique	26 Lu 52	26 Je Marche Nordique nocturne
27 Sa	27 Ma	27 Je	27 Di	27 Ma	27 Ve
28 Di	28 Me 14h Claude	28 Ve	28 Lu 48	28 Me	28 Sa Marche Nordique
29 Lu 35	29 Je	29 Sa	29 Ma Marche Nordique	29 Je	29 Di
30 Ma	30 Ve	30 Di Passage à l'heure d'hiver	30 Me Marche Nordique	30 Ve	30 Lu 5
31 Me		31 Lu 44		31 Sa Saint-Sylvestre	31 Ma Marche Nordique
Février 2023	Mars 2023	Avril 2023	Mai 2023	Juin 2023	Juillet 2023
1 Me Marche Nordique	1 Me	1 Sa Colombières	1 Lu Fête du Travail 18	1 Je	1 Sa Marche Nordique
2 Je Marche Nordique nocturne	2 Je Marche Nordique nocturne	2 Di	2 Ma	2 Ve	2 Di
3 Ve	3 Ve	3 Lu 14	3 Me	3 Sa Marche Nordique	3 Lu 27
4 Sa Marche Nordique	4 Sa Marche Nordique	4 Ma Marche Nordique	4 Je Marche Nordique nocturne	4 Di	4 Ma
5 Di	5 Di	5 Me Marche Nordique	5 Ve	5 Lu 23	5 Me
6 Lu 6	6 Lu 10	6 Je Marche Nordique nocturne	6 Sa Marche Nordique	6 Ma Marche Nordique	6 Je Marche Nordique nocturne
7 Ma Marche Nordique	7 Ma Marche Nordique	7 Ve	7 Di	7 Me Marche Nordique	7 Ve
8 Me Marche Nordique	8 Me Marche Nordique	8 Sa Marche Nordique	8 Lu Fête de la Victoire 19	8 Je Marche Nordique nocturne	8 Sa Marche Nordique
9 Je Marche Nordique nocturne	9 Je Marche Nordique nocturne	9 Di Dimanche de Pâques	9 Ma Marche Nordique	9 Ve	9 Di
10 Ve	10 Ve	10 Lu Lundi de Pâques 15	10 Me Marche Nordique	10 Sa Marche Nordique	10 Lu 28
11 Sa Marche Nordique	11 Sa Marche Nordique	11 Ma Marche Nordique	11 Je Marche Nordique nocturne	11 Di	11 Ma
12 Di	12 Di	12 Me M. sportive + M. nordique	12 Ve	12 Lu 24	12 Me
13 Lu 7	13 Lu 11	13 Je Marche Nordique nocturne	13 Sa Peyre Martine 17km/1030m	13 Ma Marche Nordique	13 Je Marche Nordique nocturne
14 Ma Marche Nordique	14 Ma Marche Nordique	14 Ve	14 Di	14 Me Marche Nordique	14 Ve Fête nationale
15 Me Marche Nordique	15 Me Marche Nordique	15 Sa Marche Nordique	15 Lu 20	15 Je Marche Nordique nocturne	15 Sa
16 Je Marche Nordique nocturne	16 Je	16 Di	16 Ma Marche Nordique	16 Ve	16 Di
17 Ve	17 Ve	17 Lu 16	17 Me Marche Nordique	17 Sa Marche Nordique	17 Lu 29
18 Sa Tour des Verdisses 12km/1	18 Sa Marche Nordique	18 Ma Marche Nordique	18 Je Ascension	18 Di	18 Ma
19 Di	19 Di	19 Me Marche Nordique	19 Ve	19 Lu 25	19 Me
20 Lu 8	20 Lu 12	20 Je	20 Sa Marche Nordique	20 Ma Marche Nordique	20 Je
21 Ma	21 Ma Marche Nordique	21 Ve	21 Di	21 Me	21 Ve
22 Me	22 Me Marche Nordique	22 Sa Marche Nordique	22 Lu 21	22 Je Marche Nordique nocturne	22 Sa
23 Je Marche Nordique nocturne	23 Je Marche Nordique nocturne	23 Di	23 Ma Marche Nordique	23 Ve	23 Di
24 Ve	24 Ve	24 Lu 17	24 Me Marche Nordique	24 Sa Chemin des Légendes 13km	24 Lu 30
25 Sa Marche Nordique	25 Sa Marche Nordique	25 Ma	25 Je Marche Nordique nocturne	25 Di	25 Ma
26 Di	26 Di Passage à l'heure d'été	26 Me	26 Ve	26 Lu 26	26 Me
27 Lu 9	27 Lu 13	27 Je Marche Nordique nocturne	27 Sa Marche Nordique	27 Ma Marche Nordique	27 Je
28 Ma	28 Ma Marche Nordique	28 Ve	28 Di Pentecôte	28 Me	28 Ve
	29 Me Marche Nordique	29 Sa Marche Nordique	29 Lu Lundi de Pentecôte 22	29 Je Marche Nordique nocturne	29 Sa
	30 Je Marche Nordique nocturne	30 Di	30 Ma Marche Nordique	30 Ve	30 Di
	31 Ve		31 Me Marche Nordique		31 Lu 31

Annexe 2

32^{ème} Assemblée Générale

Mercredi 5 Octobre 2022

Rapport Moral

Le Passé : 2021-2022

Fête des associations du samedi 4 septembre 2021 : Stand en plein air sur l'esplanade et non la salle Ramadier pour cause de pandémie. Beaucoup de passages et 12 contacts pour d'éventuelles nouvelles adhésions. Le support flyer est de qualité, les licenciés et les administrateurs se succèdent tout au long de la journée pour animer le stand. Améliorer la présentation du stand l'an prochain.

Stage de reprise de la section marche nordique du 18 et 19 septembre : annulé pour plus de sécurité car encore beaucoup d'appréhension et crainte d'une nouvelle vague du Covid.

Section marche nordique : elle continue son développement (nombre d'adhérents depuis la saison 2016-2017 : 24, 26, 44, 56, 51, 58) dont 19 nouveaux et 2 issus de la section sport-santé (76% féminines, renouvellement à 32% de l'effectif qui doit être analysé). Merci aux accompagnatrices et accompagnateurs et leurs suppléants (Christine, Francine, Daniel, et Jean-François). Dotation, pour tous les licenciés, d'un tee-shirt, d'une gourde, et d'un sac à dos aux couleurs du COL et à leur nom.

Création de la section Sport-Santé en septembre 2021 : véritable comité de pilotage et d'éthique composé de professionnels de santé (médecins, kinésithérapeute, psychothérapeute, diététicienne), d'une esthéticienne, et d'encadrants sur des activités physiques adaptées et de sport-santé : marche nordique santé, et Handfit adapté, soit 20 licenciés (FFCO+FFHB).

Lancement officiel de la Maison Sport Santé du Lodévois Larzac suite à la validation par la commission nationale le 19 janvier 2021 de notre projet. Notre réseau sport-santé structuré et en ordre de marche depuis le 15 novembre 2021 reçoit la reconnaissance conjointe du Ministère en charge des Sports et du Ministère de la Santé et des Solidarités sous l'appellation de « Maison Sport Santé du Lodévois Larzac » (MSSLL). Les jours de permanence sont le lundi et le vendredi matin de 9h à 12h à l'espace Lutéva dans une salle mise à notre disposition par la ville de Lodève. Depuis le 15/11/2021, 102 personnes ont été évaluées. L'inauguration officielle s'est déroulée le vendredi 6 mai dans le hall de l'espace Lutéva devant plus de 100 personnes, en présence des élus (G. Lévêque, maire, et JF Eliaou, député) et représentants de l'état (E. Suzanne, sous-préfet).

1^{ères} Journées Sport-Santé / Sport-Ensemble les vendredi 3 et samedi 4 juin 2022 : Le **vendredi**, véritable coup de projecteur sur la dynamique Sport-Santé sur le territoire du Lodévois Larzac. Projection du film « Malades de sport » dans le Cinéma Lutéva pour les collégiens et lycéens, conférence « de l'Activité physique adapté aux traitements non médicamenteux » (Dr Olivier Coste, DRAJES, S. Rimetz, Kaya-Santé), exposition « Femme et Sport », 22 ateliers d'activités physiques adaptés et de disciplines sportives, ce qui a permis à 380 scolaires de venir essayer et contrôler leurs connaissances sur le sujet, stand « bien-être », rencontres de hand-fauteuil... sur le parc municipal, la salle Ramadier, et l'espace Lutéva. Le **samedi** : accueil de 80 participants au 5^{ème} rassemblement de Marche Nordique sur 3 sentiers (St-Pierre de la Fage - bergerie de Courcol, 13 km, plateau de l'Auverne – Lac du Salagou, 9.4km, Labeil - forêt de l'Escandorgue, 7 km).

Soirée du Téléthon le vendredi 3 décembre : une dizaine de licenciés de la Marche Nordique ont bravé le froid pour une sortie nocturne arrosée, au retour, d'un bon vin chaud que nous avons partagé avec le groupe musical qui animait la soirée.

Formations :

- Deux dirigeants - partenaires sportifs de la MSSLL ont été reçus à la formation « 1000 clubs pour le sport-santé ».
- Trois demi-journées de formation ont été organisées avec Florence Carrat, directrice de Solution-Sport, maison sport-santé de Millau, (dont une session avec les bâtons Bungy-pump), et ont connu un franc succès.
- Une soirée de formation a été organisée sur l'usage des réseaux sociaux et particulièrement de Meta (Facebook).

Règles de Protection des Données Personnelles (RGDP)

Le COL s'est mis en conformité avec les règles européennes relatives à la protection des données personnelles, que ce soit pour ses activités sportives ou pour le fonctionnement de la Maison Sport-Santé. Un guide, valant règlement intérieur, a été rédigé à cet effet. Il concerne les conditions de collecte et conservation des informations relatives aux adhérents, les listes d'adressage, mais aussi et surtout les informations relatives à leur état de santé, couvertes par le secret médical. L'application GOOVE utilisé par la MSSLL est, de ce point de vue, entièrement sécurisée.

Conférences et réunions :

Pour réaliser toutes ces opérations et assurer le fonctionnement et l'animation des différentes sections et de la Maison Sport-Santé et son financement, l'implication de nombreux bénévoles a été nécessaire. Ceci a impliqué notamment :

- 4 réunions du Conseil d'Administration,
- 4 réunions du Bureau Directeur,
- 37 réunions diverses
- 16 heures de webinaires et de visioconférences
- 32 entretiens individuels (élus, partenaires privés et publics, professionnels)
- 1 participation au congrès des Maisons sport-santé à Vichy
- 1 participation au colloque sport-santé à Toulouse
- 1 participation à l'assemblée générale FFCO à Bordeaux
- Plus de 400 heures pour le montage des dossiers de financement, l'envoi de courriels, les appels téléphoniques, l'élaboration du bulletin de liaison « Le Colporteur », la tenue du site Web et du blog du COL, la création et la maintenance du site Web de la Maison Sport-Santé, la réponse aux enquêtes des ministères de tutelle et de l'ONAPS...

Financements obtenus :

- Aides des fédérations auxquelles nous sommes affiliés : FFCO (Fédération Française des Clubs Omnisports), FFRP (Fédération Française de Randonnée Pédestre), SDJES (Service Départemental Jeunesse, Engagement et Sport), aide à l'emploi (7 234 €)
- Partenariats privés : 7 aides financières (5 250 €) + 3 aides en nature (2500 € en valeur marchande)
- Certaines demandes n'ont cependant pas été retenues : la Fondation de France (15000 €), La Mutuelle Assurance BPCE (3000 €)

Remerciements

- A la ville de Lodève, la CCLL, le département de l'Hérault, la région Occitanie, le député Jean-François Eliaou, le sous-préfet de l'Hérault à Lodève Éric Suzanne, la DRAJES et le Dr Olivier Coste, la SDJES, la FFCO, la FFRP, l'ANS, les administrateurs du COL et les bénévoles.
- Aux partenaires privés : Solanid, Embouteillage-Service, Super U, garage Renault-Vaugrente, Génération-Conseil, Eco-Pressing, Ramond produits pétroliers, Flash-Enseignes, Le Lions Club, Photochromie Ph. Raynal, Arthur-Immo, le Comptoir-Médical, Allianz-Boyron

Le Présent et le Futur

C'est la saison 2022-2023.

Section Marche Nordique

Réalisations

- Journée des Associations de Lodève, sur l'esplanade, le 10 septembre : Le COL et la Maison Sport-Santé du Lodévois-Larzac étaient présents avec un très beau stand sur lequel les bénévoles se sont succédés toute la journée pour répondre aux questions des nombreux visiteurs.
- Première session de formation technique à la marche nordique avec Florence Carat le samedi 17 septembre.
- Stage de reprise de Marche Nordique le 24 et 25/09 à Prades d'Aubrac, avec 20 participants dans d'excellentes conditions.

Objectifs

- Continuer à animer les groupes en doublant les postes d'accompagnateurs (1 titulaire + 1 suppléant), conserver les mêmes tarifs sans augmentation, mettre en place un calendrier des sorties, publié sur le site, listant toutes les sorties prévues et identifiant l'accompagnatrice ou accompagnateur en charge du groupe de façon à permettre aux adhérents de signaler leur participation.
- Expérimenter avec Christine, pour certains mercredis matin, des sorties de Marche Nordique sportive.
- Prévoir d'autres journées de formation de Marche Nordique avec Florence Carrat pour les personnes n'ayant pu participer à la session du 17 septembre.
- Programmer l'acquisition d'un équipement textile pour les adhérents.

Maison Sport-Santé du Lodévois-Larzac

Réalisations

- Les permanences d'accueil et évaluation des personnes adressées à la Maison Sport-Santé ont été assurées par le binôme enseignante en activité physique adaptée (Agata Guerrieri) / médecin bénévole (Dr Michel Canac). Un second médecin bénévole vient de rejoindre l'équipe : le Dr Frédéric Pluskwa.

Objectifs

- Prévoir le recrutement d'un nouvel Enseignant en Activité Physique Adaptée (EAPA) à mi-temps pour faire face aux contraintes liées au futur agrément des maisons sport-santé (suivi et réévaluation des personnes prises en charge à 3 mois puis de façon semestrielle), au développement du sport en entreprise, pour enseigner le Handfit adapté, et à la nécessité d'augmenter les heures de réception et d'évaluation des usagers toujours aussi nombreux.
- Accueil, dans le cadre de son Service National Universel, d'une étudiante pour 84 heures pendant les vacances scolaires entre le 01/10/2022 et le 30/06/2023.
- Accueil en stage rémunéré (4,5 €/h) d'une EAPA titulaire de licence 3 (il lui manque 1 unité d'enseignement et 1 stage) proposée par notre partenaire IFDIS-Formation et le Groupement d'employeurs *Profession Sport et Loisirs Méditerranée*, les jeudis et vendredis matin.

- Acquisition d'un téléphone portable supplémentaire et d'une imprimante-scanner, ainsi que, si nécessaire, d'une licence supplémentaire d'accès à l'application GOOVE qui gère le fonctionnement de la Maison Sport-Santé et, notamment, le recueil des données d'activité et les résultats d'évaluation des personnes prises en charge, avec transfert d'information à l'Observatoire National de l'Activité Physique et de la Sédentarité (ONAPS).
- Développement des activités de la MSSLL :
 - o Convention avec la Mairie de Lodève (activités Stretching et Pilates à l'espace Lutéva)
 - o Convention avec le réseau Cœur et Santé (activités sur Hôpital de Lodève)
 - o Convention avec Gignac Canoé Kayak (section Dragon ladies)
 - o Convention avec le Réseau Air + R
- Développement du « **Sport en Entreprise** ». Après le personnel des EHPAD, des contacts sont avancés avec une entreprise commerciale de notre territoire.
- Développement de la **section sport santé** : tous les pratiquants handfit-santé, marche nordique-santé, Pilates et Stretching-Santé seront licenciés FFCO (5€/an)
- Actions de formation : la formation fait partie des missions essentielles de la Maison Sport-Santé :
 - o Samedi 19 novembre : formation diplômante PSC1 (prévention et secours civique de niveau 1), sur une journée, dispensée par la Fédération Française de Sauvetage et Secourisme, antenne d'Agde. Le COL offrira l'inscription gratuite pour ses licenciés
 - o A programmer sur des soirées en novembre et décembre, en fonction du nombre de participants, des sessions de formation « gestes de 1^{er} secours et utilisation du défibrillateur » avec le Dr Canac
 - o Prise en charge la formation « 1000 clubs pour le Sport-Santé » initiée par la FFCO à destination de nos partenaires sportifs.
 - o Motivation et accompagnement vers la formation en licence STAPS APA des intervenants et partenaires de la MSSLL (tutorat, stage, participation aux frais d'inscription, frais de déplacement...)
 - o Inscription en formation rando-santé de nos EAPAs
- **Mise en conformité** avec le nouveau cahier des charges pour la procédure de labellisation des Maisons Sport-Santé qui, en 2023, se substituera à la simple reconnaissance ministérielle actuelle.

7^{èmes} Journées du sport Ensemble et 6^{ème} rassemblement de Marche Nordique samedi 3 juin 2023 : une véritable fête des licenciés, administrateurs, partenaires, bénévoles, un vrai salon du sport-santé...

Financements demandés

- Privés : restent à rentrer mécénat & sponsoring 1500 € / restent à trouver 5000 € de partenariat
- Privés Sport en Entreprise : devis à concrétiser pour 9400 €
- Publics : ANS-FFCO 3000 €, AS-FFRP 2000 €, budget participatif Conseil Départemental Hérault 4000 €, Conseil Régional 1500 €, aide à l'emploi SDJES 5000 €, Contrat de Ville + Etat 5000 €
- En attente de l'aide à l'ouverture de la MSSLL demandée (via la DRAJES) 15000 €.

Par ailleurs, le COL travaille, en relation avec l'expert-comptable, à se doter d'une comptabilité analytique qui permettra un suivi distinct et détaillé des recettes et dépenses liées soit aux activités sportives, soit au fonctionnement de la Maison Sport-Santé.