

COMPTE RENDU

Commission +50ans

Date : 25 Octobre 2022

Ordre du jour :

1. Point sur les formations thématiques et rassemblements départementaux
2. Point sur les conférences Sport-Santé
3. Retour sur de la semaine bleue et présentation Octobre Rose
4. Projet ACS

Présent.e.s : Martine GERBIER, Alexia MARANDEL, Yohan MASSOT, Nathan COLAVITI.

Excusé.e.s : Viviane GLICKMANN, Fatima BIENVENU, Monique MAIOLINO, Marie-Noëlle BOBAN, Michel KIN.

1. Point sur les formations thématiques et rassemblements départementaux

Différentes formations sont programmées cette saison :

- **Gym Mixte** à Drancy, le 24 novembre 2022

Programme :

9h30 à 10h15 : partie théorique

10h30 à 11h30 partie pratique suivie d'un pot de l'amitié

Le formateur sera Jean-Marc Aoun

- **Foot Marché** à Saint-Ouen, le 20 avril 2023. Alexia sollicite Pablo pour être formateur
- **Aquagym**, la piscine de Pierrefitte n'est plus mobilisable, cette formation sera certainement prévue à la piscine de Marville un lundi ou vendredi matin, date et lieu à confirmer. Nathan rappelle Marie Noëlle pour confirmation
- Une formation devrait être proposée à Bagnolet en fonction des besoins que l'ASGB identifiera. Yohan recontacte Annie Tartar à ce sujet.

En ce qui concerne les rassemblements départementaux, il a été prévu pour cette saison les événements suivants :

- **Tai Chi** à Drancy, la date du 13 décembre ne convient plus au club de l'ASD. Viviane et Monique nous proposeront prochainement une nouvelle date.
- **Foot Marché** (Walking Foot) à Saint-Ouen, le 6 avril 2023 de 14h30 à 17h30, sur la place Jean Jaurès via la rue des écoles (derrière la mairie de Saint-Ouen), en lien avec le club de foot d'Aubervilliers et l'EFT walking foot.

Il est prévu d'organiser un match de démonstration avec des équipes qui ont l'habitude de jouer (équipes de Paris par exemple), un atelier de découverte de l'activité et un pot de l'amitié en fin de journée.

Les questions logistiques ont été évoquées: ballon, coupelles, chasubles, cage de foot mise à disposition par la FSGT 93, sono, barnum, tables et chaises font l'objet d'une demande auprès de la ville.

- Un rassemblement de découverte du **Tennis de Table** est organisé le 11 novembre à Saint-Denis, de 10h à 17h, à la Salle de la Raquette (18 avenue Roger Sémat). Il est ouvert aux débutants comme aux compétiteurs de tous âges. N'hésitez pas à vous y rendre pour rencontrer les joueurs du club Saint-Denis tennis de table (ancienne section du SDUS).

Plus d'informations sur: <https://fsgt93.fr/Tournois-decouverte-du-tennis-de-table.html>

2. Point sur les conférences Sport-Santé

Une première conférence Sport Santé est prévue le samedi 10 décembre à la Coloc de l'Ourcq, de 9h à 13h. Cette conférence sera hybride avec 30 places en présentiel et sans limite en distanciel.

Les places en présentiel seront privilégiées pour les participants des commissions +50ans, Sport-Santé et des clubs FSGT93.

Programme prévisionnel :

- 9h: Petit déjeuner et yoga sur chaise
- 9h30: Introduction et présentation de la Maison Sport Santé FSGT 93
- 10h: Ateliers Sport-Santé Nutrition Diététique
- 11h: Ateliers Addictologie et Tabacologie
- 12h: Temps convivial et pot de l'amitié

Une affiche et un lien d'inscription vous seront communiqués dès que le programme et les intervenants seront validés pour vous permettre de réserver vos places.

Pour la conférence de Saint-Ouen prévue en Février 2023, il reste à construire le thème et à solliciter le Dr Geiger et son collègue médecin du sport. La section +50 ans de l'USMA s'occupe de faire cette sollicitation.

3. Retour sur de la semaine bleue et présentation Octobre Rose

Semaine bleue

Des actions et ateliers se sont déroulés à la Coloc' de l'Ourcq lors de la semaine bleue le jeudi 6 octobre dernier. Différents ateliers ont été proposés autour du sport-santé bien-être avec de la danse, du foot marché, du Chi gong et de la sophrologie. En guise d'introduction, la Maison Sport Santé a été présentée et un épisode de la webserie des parcours Autonomie Culture et Sport a été visionné.

7 personnes se sont rendus à notre évènement et étaient très satisfaites. Nous aurions aimé toucher plus de personnes mais IKARIA n'a malheureusement pas pu communiquer sur notre évènement cette année.

Lien vers l'article retour : <https://fsgt93.fr/Retour-sur-notre-journee-dediee-a-la-Semaine-Bleue.html>

Octobre rose

Nous organisons un temps fort pour Octobre Rose le vendredi 28 octobre à partir de 14h à la Coloc de l'Ourcq.

Programme :

- 14h: découverte des parcours d'accompagnement après un cancer
- 14h30: jeux et temps d'échange autour de la sensibilisation et la prévention au dépistage
- 15h: temps sportif avec initiation à la marche nordique
- 16h: goûter convivial

Vous êtes les bienvenues lors de cet évènement, n'hésitez pas à partager auprès de vos adhérents et adhérentes !

Lien vers l'article: <https://fsgt93.fr/La-FSGT-93-se-mobilise-pour-Octobre-Rose.html>

4. Projet ACS

Les projets « Autonomie Culture et Sport » mis en place par la FSGT 93 se poursuivent cette année dans de nouveaux établissements (EHPAD et résidences autonomies) ciblés par le conseil départemental. Ils visent à

proposer à ces établissements des parcours d'activités sportives pour les résidents.e.s. Nous serons peut-être amené à vous solliciter pour participer à des ateliers avec des EHPAD ou résidences autonomes de votre ville afin de créer un lien avec votre club et peut être une pérennité des échanges entre vous.

Nous avons rencontré l'EHPAD de St Vincent de Paul de St-Ouen. Un parcours sportif tournera autour de la pratique du volley-assis et nous vous communiquerons les dates des séances prévues. Il n'y a pas encore de jour et d'horaire défini mais elles se dérouleront l'après-midi. Dans le cadre des parcours ACS un intervenant culturel y proposera aussi un parcours dans lequel nous pourrions peut être vous proposer d'intervenir aussi. Il n'est pas encore créé mais nous vous tiendrons au courant en temps voulu.

Nous avons également rencontré l'EHPAD La Colombe à Drancy qui souhaite mettre en place de la danse.

Le travail avec le CCAS est en cours pour une pérennisation du parcours mis en place l'année passée à l'espace Simone de Beauvoir, un prochain rendez-vous sera à planifier étant donné l'annulation du dernier rendez-vous prévu.

Prochaine réunion : mardi 10 janvier 2023 à 14h30

Les prochains événements :

Participez à notre opération

OCTOBRE ROSE

**LE VENDREDI 28 OCTOBRE
À LA COLOC DE L'OURCQ**

Programme

- 14h**
Découverte des parcours d'accompagnement
- 14h30**
Jeux et temps d'échanges
- 15h**
Initiation à la marche nordique
- 16h**
Goûter convivial

**Activités gratuites sur inscription via le [formulaire](#)
ou par téléphone au 01 48 31 12 59**

On vous attend nombreuses ! 😊

Point de rencontre
2 Senté Léonard de Vinci,
93000 Bobigny

Octobre rose

TENNIS DE TABLE TOURNOI DÉCOUVERTE

FSGT 93
Merci le sport

**Vendredi 11 novembre 2022
de 10h à 17h**

**Pour découvrir la FSGT 93,
Pour découvrir le Ping,
Pour découvrir
le tennis de table FSGT de SAINT-DENIS !**

Ouvert à tous et toutes

- Echauffement non-pongistes/compétiteurs
- Défis sur 2 sets des nouveaux partenaires
- Pause déjeuner
- Phases finales et pratique plaisir
- Récompenses
- Buffet goûter des spécialités dionysiennes !

Salle La Raquette
Face 18 avenue Roger Sémat
93100 Saint Denis

Inscription ICI
ou au 06 66 30 89 06

seine-saint-denis
LE DÉPARTEMENT

www.fsgt93.fr

Rassemblement tennis de table