

LE SPORT, POUR TOUS ET À TOUS LES ÂGES !

Groupe de la Majorité municipale

Orléans, ville sportive, bien dans ses baskets, c'est maintenant officiel et reconnu ! La ville a, en effet, été retenue comme « Maison sport santé », dans le cadre d'un appel à projets attribué par le ministère de la Santé, et qui témoigne de la volonté de la Ville de lutter contre la sédentarité, le surpoids et de favoriser un mode de vie actif tout au long de la vie. On le sait tous, le sport est source de bien-être, il fait du bien au moral et entretient une vitalité indispensable à tout âge.

De quoi s'agit-il ? Selon l'adage bien connu « le sport, c'est la santé », nous avons souhaité faciliter l'accès au sport sur ordonnance pour des personnes souffrant de maladies chroniques, respiratoires ou présentant des facteurs de risques cardiovasculaires et qui en étaient trop éloignées. Et qui ne considéraient peut-être pas suffisamment l'intérêt médical représenté par une activité physique adaptée. Grâce à une convention signée avec la maison de santé (MSP) de Saint-Marceau et le service de médecine du sport du CHRO, un parcours de sport-santé sera ainsi proposé à 26 personnes par les médecins de la MSP. Munies d'une ordonnance, ces dernières pourront effectuer un bilan de leurs capacités physiques, lequel bilan devrait valider le fait qu'une telle prescription peut leur être bénéfique. Elles seront ensuite orientées vers le dispositif « Tous o sport » mis en place par « Orléans vous coach ». Pour un tarif unique de 32,70 €, accompagnées pendant les séances par les éducateurs spécialisés de la Ville, elles pourront pratiquer une activité physique adaptée à leurs besoins : escalade, badminton, yoga, marche nordique, Pilates, etc.

Mais nous ne voulons pas nous arrêter en si bon chemin ! L'objectif du projet est bien de l'ouvrir, dès la rentrée prochaine, à davantage de personnes, en impliquant les médecins généralistes et les clubs sportifs d'Orléans. Et puis, rappelons que le dispositif « Tous o sport » ne concerne pas que les personnes souffrant de problèmes de santé. Il est accessible à tous les âges, aux adultes comme aux jeunes à partir de 16 ans et aux familles. Il suffit de se rendre sur www.orleans-metropole.fr/sport/orleansvous-coach pour avoir l'ensemble des informations, s'inscrire et choisir l'activité physique que vous souhaitez. Et puis, rappelons aussi que des matinées de sport seront proposées dans les parcs et jardins les quatre samedis de juin, ainsi que des ateliers adaptés dans les résidences seniors. Enfin, le dispositif permettra de renforcer l'offre de sport à l'école et dans les animations périscolaires. Par ce dispositif, élargi à tous, qui associe étroitement sport et santé, la ville souhaite mettre à disposition des Orléanais tous les outils pour qu'ils puissent prendre soin d'eux, physiquement et mentalement, puisque les deux dimensions sont fortement liées, comme la période COVID a pu le démontrer. Alors, tous à vos baskets !