

Le Cdos lance son tour du Var du sport-santé

SPORT-SANTÉ

Le Mobil' sport santé 83, dispositif de prévention itinérant ouvert à tous les publics, fera étape dans les prochaines semaines dans huit villes du Var.

Si tu ne vas pas au sport, le sport ira à toi. Le Comité départemental olympique et sportif du Var (Cdos 83) prend son bâton de pèlerin et s'en va prêcher auprès du grand public pour la pratique régulière d'activités physiques adaptées sur son territoire.

En partenariat avec son comité régional (Cros Sud) et le Comité départemental d'éducation pour la santé (Codes 83), il lance à partir de la semaine prochaine le « Mobil' sport santé 83 », sorte de Tour du Var qui fera étape dans huit villes tout l'automne.

Une attention pour les plus éloignés du sport

« La particularité du Mobil' sport santé est qu'il part à la rencontre des Varois, avec une attention particulière en direction des personnes isolées, sédentaires ou fragilisées, quel que soit leur âge », indique Lucienne Roques. « Dans le contexte sanitaire que nous connaissons, il est plus que jamais indispensable que le public prenne conscience de l'importance de la pratique d'une activité physique



Le dispositif Mobil' sport santé 83 a été présenté hier à la Maison sport santé de Toulon. PHOTO CDOS VAR

adaptée pour un bien-être physique et psychologique », poursuit la présidente du Cdos 83.

Dans chaque ville concernée, ce Mobil' sport santé se décompose en deux temps. Le premier prend la forme d'un rendez-vous gratuit et sans inscription, avec la présence d'ateliers « prévention sédentarité » et « sport et olympisme », mais aussi de tous les acteurs du sport-santé sur le territoire (commune, associations...). Chaque personne pourra aussi réaliser un bilan de forme individuel, encadré par un éducateur diplômé en activité physique adaptée (APA).

Puis, pendant sept semaines (les dates diffèrent selon les villes), il sera proposé sur

inscription mais toujours gratuitement un programme de sept séances collectives d'APA encadrées par un diplômé.

Représentant du mouvement sportif dans le Var, le Cdos 83 était déjà partie prenante de la Maison sport-santé 83, qui possède des antennes à Toulon, La Seyne et Draguignan.

Gaël Biraud

Premiers rendez-vous : le 7 septembre à La Farlède (11h) et Draguignan (18h); le 8 à Pierrefeu (17h); le 10 à Mons (18h); le 11 à Gonfaron (9h); le 13 à Saint-Maximin (14h); le 18 au Luc (11h); et le 6 octobre à Carcès (9h).

Renseignements : var.franceolympique.com, rubrique « Mobil' sport santé »