

Office Intercommunal du Sport

**OIS**  
GRAND FIGEAC

# Journées Sport Santé

26 ET 27 AVRIL 2024 DE 10H À 17H

FIGEAC-PLAINE DE JEUX JEAN BADUEL  
LONDIEU

VENEZ DECOUVRIR

**DES PRATIQUES SPORTIVES**

VENEZ ECHANGER AVEC LES

**CLUBS SPORTIFS**

VENEZ RENCONTRER DES

**PROFESSIONNELS**

 **GRAND  
FIGEAC** Terre  
d'avenir

 **FIGEAC**

Contrat  
Local de  
**Santé**  
GRAND FIGEAC

 **MAISONS  
SPORT  
SANTÉ**  
En Vie d'Activité



# Sommaire

## **Page 1**

Introduction

## **Page 2**

Les infos utiles sur les journées

## **Page 3**

L'accessibilité du lieu

## **Page 4**

Plan du lieu

## **Page 5**

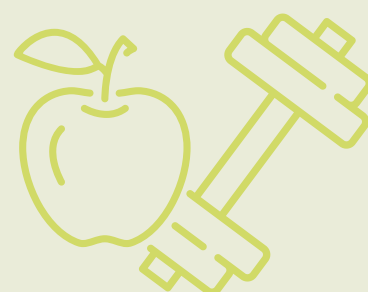
Organisation des journées

## **Page 6 et 7**

Programme vendredi 26 avril

## **Page 8 à 10**

Programme samedi 27 avril





## **L'Office Intercommunal du Sport Grand Figeac organise les journées Sport Santé.**

**Les journées sport santé sont deux journées organisées par l'OIS Grand Figeac.**

**Ces journées n'ont pas eu lieu depuis 2019.**

**Entre temps, l'équipe des salarié·e·s a été totalement renouvelée.**

**Le projet est retravaillé avec une nouvelle approche.**

**Afin d'assurer sa première édition, nous avons fait le choix d'aborder le sport santé au sens large du thème.**

**Nous avons contacté un ensemble de professionnels de santé, associations sportives, partenaires ...**

**Qui ont tous répondu présent.**

**Ces journées ont pour objectif de faire découvrir le sport santé au grand public, en promouvant le sport et ses multiples bien faits, au travers d'activités et de conférences qui traiteront de sujets divers et variés.**

**Cette année, les journées auront lieu sur la plaine des sports de Londieu à Figeac.**

**Dans ce petit livret, vous trouverez toutes les informations nécessaires au déroulement de ces journées.**



# LES INFOS UTILES

sur les journées sport santé 2024



## QUAND ?

Du **vendredi 26 avril** au  
**samedi 27 avril 2024.**



## POUR QUI ?



**Vendredi 26** : Journée à destination des **publics scolaires de plusieurs niveaux**, aux **institutions diverses** accueillant des **publics en situation de handicap**.

**Samedi 27** : Journée ouverte au **Grand Public**

## OÙ ?



**Plaine des sports de Londieu**

Plaine des jeux Jean Baduel  
46100 Figeac



## Contact

Pour toute question, contactez-nous au  
**05.65.34.52.54** ou **secreteriat.oisgrandfigeac@gmail.com**

Contact coordinateur : 06.71.27.09.88



# L'ACCESSIBILITÉ



- La plaine des sports de Londieu est un espace labellisé PMR. (absence d'escaliers, places de parking adaptées, toilettes PMR) Les activités se dérouleront sur le stade engazonné.
- Des chaises seront à disposition au besoin.
- Absence de balisage et de panneaux en braille pour les personnes non-voyantes.
- Absence d'interprète en langue des signes, mais présence d'un salarié OIS avec des notions de base de langue des signes, utilisation de l'application "Elix".
- Hypersensorialité; voie ferrée à proximité, présence de musique sur le site





# Plan de la plaine de Londieu

Stands et animations  
sur le stade derrière les tribunes



# ORGANISATION DES JOURNEES

## Déroulement du vendredi

**Le vendredi est une journée à destination des scolaires.**

**9h ouverture de la plaine**, les bus des participants arriveront entre 9h et 9h45. Un pot d'accueil sera offert pour toutes et tous.

**9h30 discours de bienvenue** et **explication du déroulé** de la journée devant la scène.

**10h début des activités**, les groupes tourneront sur les différentes animations toutes les 30 min.

**12h30 pause repas.**

**14h reprise des activités** sur le même modèle que le matin.

**17h Fermeture des portes.**

## Déroulement du samedi

**Le samedi est une journée ouverte au grand public.**

**Le forum sera ouvert de 10h à 17h.**

**Accès libre** aux stands et aux différentes animations proposées, tous le long de la journée. A l'exception de la randonnée qui est d'une durée d'environ 2h, un départ prévu à 10h et un autre à 14h.

**Le midi, des foodtrucks** seront présents afin d'assurer la restauration sur place.

Détails des activités proposées pages 6 et 7.



# Programme



**VENDREDI 26 AVRIL 2024**

À DESTINATION DES SCOLAIRES SUR INSCRIPTION AUPRÈS DE L'OIS

**9H00** OUVERTURE

**12H30-13H40** PIQUE NIQUE TIRÉ DU SAC

**17H00** FERMETURE

## Stands

- Ateliers citoyens de sensibilisation aux addictions (tabac drogues alcool).
- Jeux avec l'Espace Jeunes : débat mouvant sur le sport et jeux ludiques sur la nutrition...
- Stand du Contrat Local de Santé de Figeac
- Stand de la Ligue contre le cancer
- Stand APF France Handicap

## Ateliers proposés par

- Budokaï Indépendant Aveyronnais
- Crystalcheer 46
- AT Yoga
- Figeac Athlétisme Club
- Randopattes
- A la fontaine de Taïchi



Rotation toutes les 30 minutes

## Conférences

- Conférence avec Esther Lasfargues: L'adolescence, comment aider au mieux cette transition ?
- Conférence de la Maison Sport Santé de Figeac : présentation de la structure des missions et des formations.

**Contact :**



[secretariat.oisgrandfigeac@gmail.com](mailto:secretariat.oisgrandfigeac@gmail.com)



05 65 34 52 54

# Programme



**SAMEDI 27 AVRIL 2024:**

*À DESTINATION DU GRAND PUBLIC*

**10H OUVERTURE**  
**12H30 - 14H PAUSE MERIDIENNE, FOOD TRUKS**  
**17H FERMETURE**

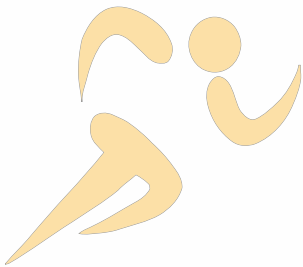
## Horaires des ateliers et démonstrations

- **10h et 14h** Randopattes
- **10h et 15h30** Budokai Indépendant Aveyronnais
- **11h** Figeac Athlétisme Club
- **11h et 14h** A la fontaine de Taïchi
- **11h30 et 14h30** AT Yoga
- **12h30** démonstration Figeac Flamenco
- **12h45** démonstration Crystalcheer 46
- **16h20** initiation Crystalcheer 46



## Stands en accès libre


- Ateliers citoyens de sensibilisation aux addictions (tabac drogues alcool).
- Prévention et dépistage du diabète avec un médecin (Lion's Club)
- Contrat Local de Santé du Grand Figeac
- Ligue contre le cancer
- Associations sportives
- Siel Bleu atelier motricité cognitive et évaluation des capacités fonctionnelles




## Conférences dans la grande tente

- **10h00** : Conférence à la fontaine de taïchi: les bénéfices d'une pratique sportive favorise le bien être mental.
- **11h00** : Conférence de la Ligue contre le cancer : L'activité physique, une arme contre le cancer.
- **14h30** : Conférence de Figeac Flamenco sur la nutrition.
- **15h30** : Conférence de la Maison sport Santé de Figeac : présentation de la structure des missions et des formations, plus présentation de la formation purple campus avec le DR Savignac et Carole Montet
- **16h20** : Conférence à la fontaine de taïchi: les bénéfices d'une pratique sportive favorise le bien être mental.

### Contact :

 [secretariat.oisgrandfigeac@gmail.com](mailto:secretariat.oisgrandfigeac@gmail.com)

 05 65 34 52 54







Nous remercions la Mairie de Figeac pour la mise à disposition des terrains, pour l'installation et le prêt du matériel.

Nous remercions le Grand Figeac pour leur soutien.

Merci aux clubs sportifs, et différentes associations partenaires du territoire ainsi que leurs adhérents et bénévoles, pour leur investissement et participation au projet.

