



INITIATIVE

PARIS

Des centres de remise en forme pour les précaires

Grâce à un partenariat avec la Fédération française sports pour tous, Emmaüs a ouvert en région parisienne six centres de remise en forme accessibles aux personnes en difficulté. Pour la santé mais aussi le lien social.

La salle de sport est plutôt petite, mais refaite à neuf. Il y a un fond sonore, comme dans tous les endroits de ce genre et chaque partie de la pièce est remplie des équipements qu'on y trouve habituellement : home-trainer, tapis de marche, swiss-ball... Depuis la rentrée, Jacqueline et Justine ont pris l'habitude de se déplacer jusqu'à cette salle du centre d'hébergement Emmaüs du XIII^e arrondissement.

On a des coaches

Elles font partie d'un groupe de cinq à dix personnes, qui s'y retrouvent tous les lundis pour faire du sport et échanger sur leur situation. Les cours encadrés sont ouverts aux membres d'Emmaüs et à ceux d'autres associations de soutien aux personnes en difficulté. Jacqueline a été orientée par l'association Esperem : « ça fait du bien tout simplement de faire du sport avec d'autres personnes. Je fais cela aussi dans l'optique de perdre un peu de poids. C'est pourquoi je fréquente les autres salles d'Emmaüs, notamment pour le yoga, les autres jours de la semaine. » Pour Justine, aiguillée par son assistante sociale, ce sont des problèmes financiers qui l'ont amenée à pousser la porte de la salle : « avant d'être au chômage, j'avais l'habitude des salles de gym. Mais c'est devenu trop cher. Ici, ça va et en plus on a des coaches ! »

Les activités de la Mission santé d'Emmaüs (qui complètent celles de la Mission sport tournées vers l'insertion) sont encadrées par des éducateurs sportifs professionnels de la Fédération française sports pour tous (FFST). Depuis dix ans, un partenariat unit le comité régional Ile-de-France de la FFST et Emmaüs Ile-de-France sur ces activités. « L'idée qu'on partage avec Emmaüs est de rendre le sport accessible à tous. Les ateliers sont ouverts sur la base du volontariat. Nous nous adaptons à la demande des bénéficiaires. Sur la base d'exercices de gymnastique, de danse, de renforcement mus-

culaire, nous essayons de coconstruire avec eux », souligne Pierre-Alexis Garron, coordinateur du projet à la FFST Ile-de-France.

Appel à projets

Pierre-Alexis Garron et Tony Robert assistent en tout une centaine de personnes tout au long de l'année dans les six centres ouverts à Paris et en Seine-Saint-Denis. Le matériel est offert par la Fondation Décathlon. Les prestations d'encadrement sont payées dans le cadre de l'appel à projets Sport et précarité de l'agence régionale de santé, qui permet aussi de limiter à 7 euros annuels le coût de la licence pour les pratiquants. « Les publics que nous touchons avec Emmaüs nous ont incités à créer un groupe de travail interne à la Fédération sur la précarité. Convaincus des bénéfices du sport sur la santé et le bien-être, nous travaillons avec d'autres associations comme Aurore, avec le milieu carcéral ou celui du handicap. Dans beaucoup de ces endroits, les gens ne parlent à personne pendant la journée sauf à la salle de sport... », poursuit Pierre-Alexis Garron. ♦ *Éric Larpin*

REPÈRES

- **Territoires :** 6 salles de remise en forme situées dans des centres d'hébergement de Paris et de Seine-Saint-Denis.
- **Public :** toute personne volontaire issue des personnes accueillies par Emmaüs et par des associations d'aide à l'insertion.
- **Contact :** Mission santé, 32 rue des Bourdonnais, 75001 Paris, 01 77 37 63 18, missionsante@emmaus.asso.fr

Meryem Belkacemi, responsable de la Mission santé d'Emmaüs Ile-de-France

« Le succès va nous conduire à créer de nouveaux lieux »

« Les ateliers de remise en forme font partie d'un des programmes phares de la Mission santé d'Emmaüs à Paris. À l'origine, il y a dix ans, Emmaüs a estimé que les personnes en difficulté ne devaient pas être exclues du Programme national nutrition santé-manger-bouger. Nous avons recherché un partenaire pour mettre en place ces ateliers. C'est la FFST qui répondait le mieux à nos critères. Pour nos bénéficiaires, la pratique du sport présente de nombreux avantages. Outre la lutte contre la sédentarité, cela nous permet de créer du lien social avec les coaches, d'orienter vers des ateliers de diététique et aussi de renouer un contact avec les médecins, que certains n'ont pas vus depuis plusieurs années. Pour la pratique du sport, on a en effet besoin d'un certificat médical, ce qui débouche sur une licence « sociale », dont le coût annuel est de 7 euros. Le succès va nous conduire à créer de nouveaux lieux, sur de nouvelles thématiques, comme la prévention du diabète. »