



# Se soigner par le sport : lancement officiel le 15 avril

La mairie de La Bassée veut mettre en relation des patients ayant besoin d'exercice et des associations pouvant les accueillir dans de bonnes conditions. Les premiers volontaires vont bientôt être évalués par un éducateur sportif recruté pour l'occasion. Le dispositif sera officiellement lancé lors des Parcours du Cœur.

PAR ANNE-GAËLLE BESSE  
loos@lavoixdunord.fr

**LA BASSÉE.** Gilian Queva, éducateur sportif, travaille depuis l'automne 2017 sur le dispositif sport santé. « Nous lançons les premiers tests après les vacances de février, avec un ou deux patients. Je les rencontre pour leur faire passer des tests d'aptitude physique avant de les orienter, si possible, vers une association partenaire. »

“ Les personnes qui voudraient participer s'intéressent à leur santé, mais aussi aux contacts sociaux qu'on a en faisant du sport. ”

Elles sont cinq à avoir répondu présent sur le principe, proposant de la randonnée (Bassée en Balade), des cours de yoga (Yoga pour tous), de la gym et de la zumba (Acti body mouv), de la gymnastique chinoise (association basséenne de Qi Gong) et des arts martiaux (AMB, lire ci-dessous).

## « UNE VRAIE ATTENTE DE LA PART DES PATIENTS »

Le Dr Maxime Cauchie, médecin généraliste, sera référent. Mais plusieurs questions restent en suspens : comment faire correspondre l'activité proposée avec les besoins du patient ? Quel encadrement pour des personnes avec des soucis de santé ? À titre d'exemple, les adhérents qui effectuent les randos douces



Bassée en Balade est une des cinq associations basséennes intéressées par le dispositif Sport Santé.

PHOTO ARCHIVES

(moins de 6 km) proposées par Bassée en Balade fournissent le même certificat médical d'aptitude que ceux qui feront, le 15 avril, 14 km en Belgique...

D'où la possibilité, au moins dans un premier temps, de créer des cours dédiés aux personnes

ayant des problèmes de santé, et animés par Gilian Queva. Il faudra également s'assurer que les créneaux horaires des associations correspondent à ceux des patients ; et que les associations ont assez de places pour ces nouveaux membres.

Ce qui est déjà certain, assure Gilian Queva, c'est qu'« il y a une vraie attente de la part des patients. » L'opération sera officiellement lancée le 15 avril, au moment des Parcours du cœur. « L'idée est de tester le dispositif jusqu'au mois de juin, précise Lu-

dovic Vandoolaeghe, adjoint aux sports. Il ne s'agit pas seulement d'activité physique : les personnes que je connais et qui voudraient participer s'intéressent à leur santé, mais aussi aux contacts sociaux qu'on a en faisant du sport. » ■



## Le club d'arts martiaux basséen labellisé sport santé

L'association créée en 2016, et qui propose des cours de taekwondo et de krav maga, a obtenu de la fédération « sport pour tous » le label sport santé.

Vincent Robin, qui y enseigne les rudiments du taekwondo et du krav maga, a voulu « proposer du sport accessible à tous. » L'AMB revendique une petite cinquantaine d'adhérents, autant d'enfants que de parents. Pas de compétition, mais une pratique loisirs : le club a choisi de s'affilier à la fédération Sport pour tous et c'est elle qui a attesté, le mois dernier, l'engagement du club dans la charte « clubs sport santé bien-être ». « Nous avons mis en avant le suivi personnalisé des adhérents, l'accessibilité (y compris dans les tarifs)... »

Le club cherche à développer une pratique familiale et féminine. Ainsi, le cours de krav maga (un art martial créé par l'armée israélienne pour gagner des combats au corps à corps) du mardi soir est fréquenté par les mères des enfants qui font du taekwondo. ■



Le cours de krav maga dispensé par le club permet d'apprendre des techniques d'auto-défense.

PHOTO ARCHIVES MAX ROSEREAU