

Isabelle Bourrin, engagée pour le sport accessible à tous

Cessy Isabelle s'est lancée avec passion dans la pratique sportive à 20 ans par amour du sport, sans esprit de compétition et toujours dans le respect du corps. Depuis son premier brevet d'Etat des métiers de la forme, elle n'a eu de cesse de se former et de développer ses compétences afin de mettre l'activité physique au service de la santé, un fil rouge qui guide son parcours. Création de l'association Plaisir Nordic Impliquée depuis 2002 dans le monde associatif, elle souhaite, à son arrivée dans le Pays de Gex, créer une structure afin d'encourager la pratique de la marche nordique. C'est ainsi que naît en 2011, l'association Plaisir Nordic, devenue PostureCo par la suite. L'association ajoute petit à petit des cordes à son arc avec des cours de pilates et, plus récemment, des cours sport santé. En 2019, nourrie par son expérience et le retour de ses adhérents, l'association change de nom afin de mieux représenter les quatre piliers qui soutiennent la pratique sportive qu'elle propose: posture corporelle, consciente, cognitive, collective ont façonné le nom PostureCo. Développement du «sport santé» Guidée par son expérience, ses observations et sa pratique, convaincue que l'activité physique a un rôle crucial à jouer

dans le maintien ou le recouvrement de la santé, Isabelle porte depuis 5 ans la notion de sport santé dans le Pays de Gex. La loi de mars 2017 qui officialise le sport sur ordonnance vient conforter son action. Tout en se formant, diplôme universitaire en sport et cancer, un second en sport santé, brevet fédéral d'activité physique sur prescription médicale, elle anime depuis cinq ans des séances à destination des femmes atteintes d'un cancer du sein et plus largement aux personnes atteintes de maladies chroniques: «l'activité physique doit être accessible à tous, bien portants comme public fragilisé ou malade», martèle-t-elle. C'est dans ce but que des partenariats ont été développés avec l'association J'ai compris, j'agis qui vient en aide aux femmes victimes de violences ou avec le groupement d'entraide mutuelle du Pays de Gex. Cette médaille est une belle récompense à l'aube des 10 ans d'existence, que l'association fêtera le 29 janvier prochain. Une récompense qu'Isabelle Bourrin tient à partager avec les bénévoles qui l'accompagnent et travaillent avec elle, ainsi qu'avec Jocelyne Kowacki, la présidente du comité départemental Ain de la Fédération française sport pour tous qui l'a soutenue dans son aventure dès le début. Françoise Pellaton