



3. Préparation du temps de parole pour l'Assemblée Générale du CDSA 22

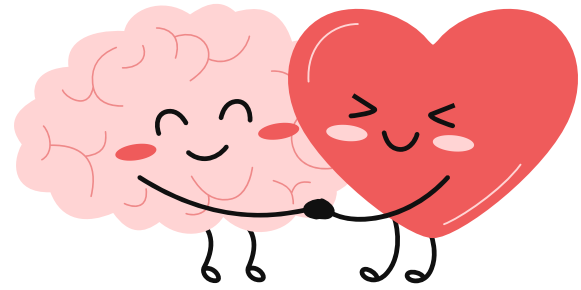




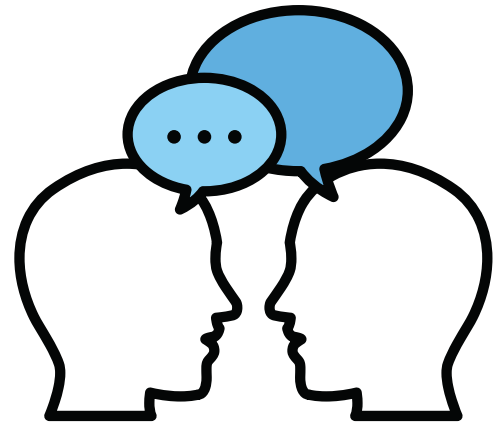
- Suite aux échanges entre les participants du CPS, les sujets suivants seront présentés lors de l'Assemblée Générale :
 - Mettre en avant les bienfaits du sport sur la santé
 - Présenter les enquêtes
 - Faire une enquête pendant l'AG



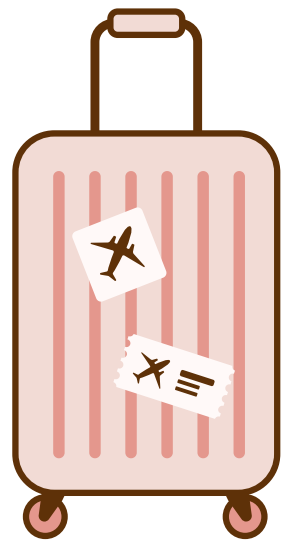
Les bienfaits du sport sur la santé



Le sport nous permet de voir du monde, de rencontrer des personnes que l'on ne connaît pas et de créer du lien.



Il nous aide à communiquer, à échanger autour du sport et à être plus à l'aise pour parler avec les autres.



Grâce au sport, on lutte contre l'isolement et on se sent moins seul.
Pratiquer une activité sportive, c'est sortir de chez soi, changer d'environnement, découvrir de nouveaux lieux et parfois voyager.

Cela fait du bien au moral, ça permet d'éviter de rester seul sur son canapé et de vivre des moments différents du quotidien.



Les bienfaits du sport sur la santé



Le Sport Adapté est une communauté bienveillante, sans jugement. On peut y venir quel que soit son état de forme, son niveau ou ses capacités. Chacun est accueilli tel qu'il est.

Le sport nous permet de nous dépasser, de repousser nos limites, mais aussi de prendre confiance en nous. On apprend à demander de l'aide, à accepter le soutien des autres et à avancer ensemble.



Les bienfaits du sport sur la santé



C'est aussi un sentiment d'appartenance.
On fait partie d'un club, du milieu associatif.

On est fier de représenter son club lors des rencontres et des compétitions, et le club est fier qu'on le représente.



Le Sport Adapté, c'est également un apprentissage du fonctionnement associatif.

On découvre comment fonctionne une association, on apprend de nouvelles choses grâce aux formations et quand on est bénévole.

Les bienfaits du sport sur la santé



Le sport permet de se faire des amis.

On retrouve souvent les mêmes personnes lors des championnats régionaux et on rencontre de nouvelles personnes lors des championnats de France.



Enfin, le sport nous aide à mieux connaître notre corps.

On apprend à écouter ses sensations, à gérer ses efforts, à ne pas dépasser ses limites pour éviter de se faire mal.

Cela nous apprend à mieux nous gérer et à pratiquer en sécurité.

La présentation des enquêtes

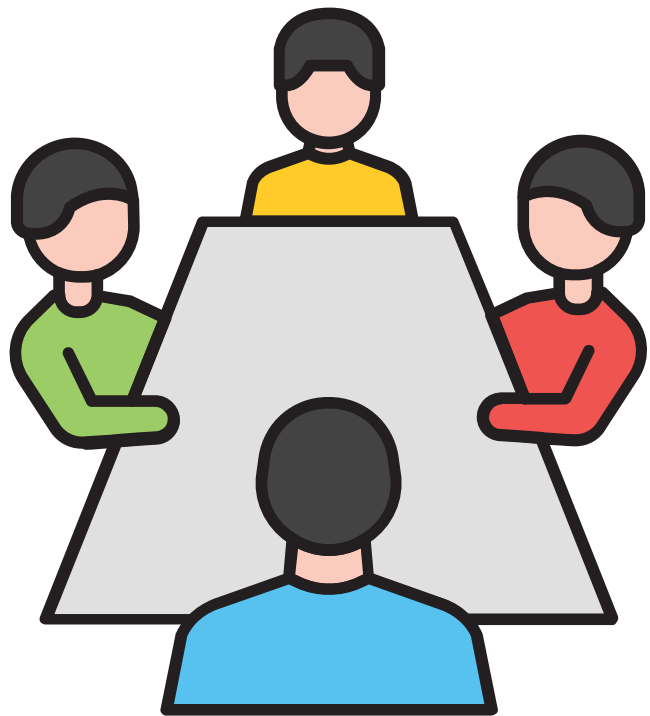
Cette année, une nouveauté importante a été mise en place : les enquêtes du Conseil Participatif des Sportifs.

Ces enquêtes ont pour objectif de donner la parole aux sportifs et de mieux comprendre ce qu'ils pensent de la pratique du Sport Adapté dans nos clubs.

Nous nous intéressons à l'avis des sportifs, mais aussi des entraîneurs et des travailleurs du Sport Adapté, afin d'améliorer le fonctionnement et les actions du mouvement Sport Adapté.

Les résultats des enquêtes sont ensuite transmis au Comité Directeur par des membres du CPS, qui siègent également au sein du Comité Directeur.

Cela permet que la parole des sportifs soit réellement prise en compte dans les décisions.



La présentation des enquêtes



Un règlement de fonctionnement du CPS a également été rédigé afin de clarifier son rôle, son organisation et son fonctionnement.

Toutes les informations concernant le Conseil Participatif des Sportifs, les enquêtes et leur fonctionnement sont disponibles sur le site internet du CDSA 22.



Il est très important que tous les clubs soient représentés au Conseil Participatif des Sportifs, afin que la parole du plus grand nombre soit entendue et prise en compte.

Enquêtes pendant l'Assemblée Générale

Afin de vous donner un exemple des enquêtes, et de pouvoir avoir de nouveaux résultats, nous allons mener une enquête ce soir avec vous. Les votes vont se faire à main levée. Nous allons poser 4 questions, pour chaque question, si vous êtes d'accord, vous levez la main et nous allons compter le nombre de mains.

- 1. Qui aime le Sport Adapté ?**
- 2. Qui aimerait pouvoir venir quand il veut sur les journées du Sport Adapté sans avoir besoin de prendre de jour de congé ?**
- 3. Qui voudrait qu'il y ait plus de championnats Sport Adapté ?**
- 4. Qui voudrait être bénévole au Sport Adapté ?**



La prochaine rencontre:

- Se préparer pour le temps de parole de l'Assemblée Générale
- Date : Le **13 Février** à **17h 30** à la **Maison des sports**

