

# HAUTE-SAVOIE SPORT



CDOS  
HAUTE-SAVOIE

Journal du Comité Départemental Olympique & Sportif / Hiver 2024 / N° 99



Caroline Bourriaud, médaillée d'argent aux Jeux Mondiaux 2022  
©Julien Crosnier / KMSP

**Carreau avec le  
Comité Départemental  
de Pétanque et Jeu Provençal !**

## Maison Départementale des Sports & de la Vie Associative

97A Avenue de Genève  
74000 ANNECY

CDOS Sport : 04 50 67 41 70  
Vie Associative : 04 50 57 76 63

Mail : [hautesavoie@franceolympique.com](mailto:hautesavoie@franceolympique.com)

Site internet : [www.cdos74.org](http://www.cdos74.org)



cdoshautesavoie

### Ouverture au public :

- Du lundi au vendredi
- De 9h à 12h et de 14h à 17h

## HAUTE-SAVOIE SPORT

Édité par le CDOS 74 (Association  
Loi de 1901)

Directeurs de la publication :  
Thierry Coulon  
Catherine Borgeais-Rouet

Secrétariat de rédaction :  
Sébastien Duret

Comité de rédaction :  
Commission Communication &  
Relations publiques

Crédits photos : CDOS 74

Page de couverture :  
Julien Crosnier/ KMSP

Imprimerie XL Print à Thyez

Tirage à 400 exemplaires -  
N° ISSN 1296-3437

Toute reproduction même  
partielle est interdite sans  
l'autorisation de l'éditeur (loi du 11  
mars 1957).

## Les boules de Noël

Alors que la Maison Départementale des Sports et de la Vie Associative vient de fêter ses 30 ans dans un moment convivial en faisant appel à la mémoire de ses anciens dirigeants et à l'histoire du siège, la vie continue pour tous les comités adhérents du CDOS et c'est au tour du Comité Départemental de la Pétanque et du Jeu Provençal de nous emmener sur son terrain.

Il nous montre son rôle, les valeurs qu'il porte vers tous les publics et sa volonté de développement. Nous souhaitons à tous ses dirigeants, éducateurs, compétiteurs et amis, la réussite qu'ils méritent.

Ce magazine revient aussi sur le Village des Sports de l'automne au « Mieux Vivre Expo », les animations proposées et la mise à l'honneur de champions Olympiques et Paralympiques hauts savoyards, lors d'un retour sur les Jeux de Paris 2024, pour une restitution des actions menées cet été.

Le CDOS a aussi été sollicité dans ses locaux par une étape de la « Semaine des Métiers du Sport » et pour recevoir le séminaire annuel du Mouvement Olympique et Sportif Auvergne-Rhône-Alpes avec une présentation des futurs championnats du Monde de Cyclisme 2027 et une visite du nouveau siège de la FFS.

Pour 2025, Le Comité Paralympique et Sportif Français, présentera le projet « Club Inclusif ». Il sera accompagné dans la formation des encadrants de cette action par le Département avec une première session qui débutera en Février.

Par ailleurs, après l'Activité Physique en 2024, la Santé Mentale sera « Grande Cause Nationale ».

Enfin vous pourrez découvrir le programme 2025 du Service Vie Associative pour une large offre de formations, de conseils et de rencontres.

Le CDOS 74 vous souhaite de belles fêtes de Noël, une très belle année 2025 avec du Sport, bien entendu.

Bonne lecture.

Bien sportivement.

**Thierry Coulon**

Président du CDOS 74

— En partenariat avec —

**haute  
savoie**  
le Département

  
**PRÉFET  
DE LA HAUTE-SAVOIE**  
*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

  
**AGENCE  
NATIONALE  
DU SPORT**

## La Maison Départementale des Sports et de la Vie Associative a 30 ans

Le mercredi 11 décembre dernier, Avenue de Genève à Annecy, était célébré un **anniversaire** un peu particulier : la Maison Départementale des Sports et de la Vie Associative fêtait ses 30 ans d'existence.

### Une célébration festive

À cette occasion, les institutions partenaires, les Comités sportifs de Haute-Savoie et les membres du Conseil d'Administration du CDOS 74 étaient réunis pour un temps protocolaire en soirée.

Dans les locaux mis à disposition par le Conseil Départemental de la Haute-Savoie, le Président Martial **Saddier** a pris la parole, accompagné d'Odile **Mauris**, Présidente de la Commission Éducation, Jeunesse, Sports, Culture et Patrimoine, Lionel **Tardy** et Valérie **Gonzo-Massol**.

Catherine **Allard**, Maire Adjointe à la ville d'Annecy déléguée aux sports et aux associations sportives, et Fabien **Basset**, chef de service au SDJES 74, étaient également présents, tout comme Michel **Duby**, fils de Jean Duby, fondateur du CDOS Haute-Savoie en 1978.

### Au service des associations

Depuis 30 ans maintenant, la Maison Départementale des Sports et de la Vie Associative continue d'œuvrer pour **toutes les associations** de Haute-Savoie.

Les services proposés - conseil, formation, aide à l'emploi, intermédiation au Service Civique - accompagnent au mieux les dirigeants, les bénévoles et les salariés des structures **au quotidien**. Et la volonté est de continuer sur cette dynamique pour au moins les 30 prochaines années !

Le mouvement sportif et les institutions, avec Martial Saddier, Président du CD74, étaient réunis pour ces 30 ans

© Roland Mangiarotti



# A l'honneur

## Le Comité Départemental de Pétanque et Jeu Provençal



**GÉRARD  
GARIN-LAUREL**

### Président du Comité Départemental de Pétanque

Gérard Garin-Laurel est le 13<sup>ème</sup> Président en place, suite au retrait d'Eric Dorizon en 2023.

Président 17 ans de **Machilly Pétanque**, il développe une belle école de pétanque et le club est le 1<sup>er</sup> de la région AURA doté d'une section handisport.

Entre 2014 et 2016, il est responsable au CD74 de la commission **jeunes**, avant de prendre la tête du pôle **développement** et de la commission arbitrale.

En 2020, il est nommé président délégué et devient également membre élu au **Comité AURA**.

Le jeu de boules aurait été créé en Gaule, celles-ci étant d'abord en argile, puis en pierre, en bois et enfin en acier. En France, la pratique se répand du nord au sud dès le **début du XIX<sup>ème</sup> siècle**.

Populaire à cette époque, le jeu provençal se pratique sur un terrain délimité ayant comme dimension 4 m de largeur et 24 m de longueur.

Il donnera naissance **en 1907** à la pétanque, lors d'une partie historique à La Ciotat où un champion de jeu provençal, Jules Hugues, ne pouvant plus jouer à son jeu préféré à cause de ses rhumatismes, s'est mis à tracer un rond, puis envoyer le but à 5-6 mètres, tout en restant les « pieds tanqués » le reste de la partie.

La Fédération Française de Pétanque et de Jeu Provençal - FFPJP - voit le jour le **31 juillet 1945** quand, forte de ses 10 000 membres, elle quitte la section provençale de la Fédération Française de Boule lyonnaise.

De nos jours, on compte plus de 300 000 licenciés sur tout le territoire répartis dans plus de 6 000 clubs. Il y a 13 comités régionaux et 105 comités départementaux. Il s'agit de la **première Fédération sportive non olympique** en nombre de licenciés.

En Haute-Savoie, le Comité a vu le jour **en 1953** avec pour président Louis Barthelemy du club La Clusienne. Fait notable à souligner, Michel Desbois, Président du club d'Annecy de 1997 à 2000, a été Président du comité régional et Président de la FFPJP de 2017 à 2018.

### Le rôle du Comité Départemental

Le comité est composé de **17 membres élus**, 11 hommes et 6 femmes, dont 5 membres Présidents de club et 5 anciens Présidents de clubs qui apportent leur expertise. Il s'organise autour de plusieurs **commissions** : sportive, discipline, jeunes, arbitrage, calendrier, communication, licences, sport adapté, féminines, Championnats de France.

De nombreux **membres extérieurs** participent activement aux travaux des commissions, permettant un fonctionnement optimal. Elles se réunissent plusieurs fois par mois afin de travailler de manière structurée avec des objectifs clairs :

- Développer et promouvoir la pétanque et le jeu provençal sur l'ensemble du territoire
- Servir de **relais de la Fédération** : organiser et structurer la pratique en Haute-Savoie
- Délivrer les licences aux adhérents
- Assurer la **formation** : arbitres, éducateurs, graphistes (gestion des tables de marque)
- Gérer la discipline et veiller au **respect des règles**
- Organiser les championnats qualificatifs au France

## Les valeurs de la pétanque

La pétanque est un **sport de confrontation** qui combine adresse, maîtrise du geste, et dextérité. Elle exige également stratégie et réflexion, à la manière d'un jeu d'échecs, où le placement des boules sur le terrain doit tenir compte des forces et des faiblesses de chacun.

L'**aspect mental** est essentiel : confiance en soi, concentration, et visualisation sont primordiales. Enfin, la dimension **collective** et le jeu en équipe ajoutent une richesse supplémentaire.

## En chiffres



### En Haute-Savoie en 2024

- 37 clubs
- 2 126 licenciés
- 1 716 hommes licenciés
- 410 femmes licenciées soit 19 %
- 94 jeunes licenciés
- 32 Juniors, 43 Cadets, 17 Minimes et 2 Benjamins
- 120 rencontres organisées par an : Championnats, Concours, Nationaux...

### En France en 2024

- Plus de 6 000 clubs
- Plus de 300 000 licenciés

La Joyeuse Pétanque Rumillienne s'est illustrée en remportant le Championnat national des clubs en D1 Féminine

© CD Pétanque



## L'arbitrage en Haute-Savoie

Le département compte **10 arbitres** : 7 arbitres départementaux, 2 arbitres régionaux et 1 arbitre international.

La commission d'arbitrage a la chance de pouvoir compter sur Frédéric **Delauné**, arbitre international et membre du pôle national d'arbitrage au sein de la FFPJP.

Les arbitres se répartissent les missions et ont assuré un total de **206 journées d'arbitrage** pour toutes les manifestations de l'année.

Les compétences et la qualité du travail des arbitres de Haute-Savoie sont largement reconnues, ils sont régulièrement **sollicités** pour officier dans les départements voisins, notamment dans l'Ain et la Savoie.

Ils sont également appréciés par les arbitres désignés par la Fédération pour les concours nationaux.

## Les écoles de pétanque

Le CD74 soutient activement les clubs de la Haute-Savoie dans la création de leurs écoles de pétanque, apportant un **accompagnement structuré** pour les aider en ce sens.

Des **kits pétanque**, composés de boules adaptées, de cercles, de petit matériel pour les ateliers, ainsi que d'un minibus et de toute la documentation nécessaire à la gestion d'une école de pétanque sont mis à disposition.

Actuellement, le département compte **4 écoles** :

- École de pétanque de Rumilly
- École de pétanque Chédoise
- École de pétanque Cluses-Sardagne
- École de pétanque des Rocailles à Reignier

Plus globalement, des actions sont mises en place pour promouvoir la pétanque auprès d'un **jeune public** : la commission dédiée a été relancée en 2023, des championnats des clubs jeunes sont mis en place, des conventions ont été signées avec l'**UGSEL** et l'**USEP** en 2019 et 2024...

## Où pratiquer ?

**37 clubs** affiliés FFPJP vous accueillent en Haute-Savoie.

Retrouvez les **coordonnées** des structures sur le site du Comité Départemental, dans la rubrique « Clubs » : [cd-74.fr](http://cd-74.fr)

L'organisation du Championnat départemental Sport-Adapté marque une volonté de s'engager sur cet aspect de la pratique © CD Pétanque



## L'importance de l'inclusion

Un partenariat avec le CD **Sport Adapté 74** a été mis en place pour la pratique de la para pétanque adaptée dans les clubs. Le championnat départemental est ainsi coorganisé.

**Quatre associations** de sport adapté pratiquent la pétanque dans les boulodromes :

- LSAC - Loisirs et Sport Adapté du Chablais
- COLSAF - Comité Loisirs et Sports Adaptés du Faucigny
- LISA - Léman Inter Sports Adaptés
- Joyeuse Pétanque Rumillienne qui a développé sa propre section et va prochainement être affiliée à la FFSA

## Le mot du Président

« Le développement de la pratique de la pétanque sur le territoire de la Haute-Savoie est mon **leitmotiv**, je souhaite axer la politique du CD 74 sur différentes thématiques.

Le sport pétanque pour nos licenciés avant tout bien sûr, avec la mise en place de **conventions** avec le département, la région, les communes et la mise à disposition de **ressources** du CD 74 aux clubs : minibus, documentations, dotations financières.

Mais aussi poursuivre notre engagement avec le **sport handicap** et notamment le sport adapté, la pétanque pour les **jeunes** et les **féminines**.

Nous menons depuis peu des actions de promotion avec le CDOS 74 au Village des Sports de la Foire Haute-Savoie Mont-Blanc à La Roche-sur-Foron, lors du Salon Mieux Vivre Expo et sur la Journée Olympique du 23 juin.

Nous souhaitons poursuivre dans ce sens et faire rentrer la pétanque dans **d'autres sphères** : les entreprises, écoles, maisons de retraite. Et pour rendre nos actions de promotion plus faciles à mettre en place, nous nous sommes récemment dotés de plusieurs triplettes souples et d'un tapis amortissant nous permettant de **jouer en intérieur** dans tout type de local. »

## Contactez le Comité



160 Rue Perrine  
74800 La Roche-sur-Foron



@petanque74



cd-74.fr



cd74@francepetanque.com

Le Comité Départemental de Pétanque permet aux jeunes de découvrir la discipline lors de la Foire Haute-Savoie Mont-Blanc © CDOS 74



# Événement

## Une belle réussite pour le Village des Sports au Mieux Vivre Expo

À La Roche-sur-Foron, au cœur même du Salon **Mieux Vivre Expo**, du 30 octobre au 3 novembre, le Village des Sports offrait la possibilité pour petits et grands de venir s'initier à différentes disciplines sportives proposées par les comités sportifs départementaux.

### Une inauguration en fanfare

Le mercredi, pour le lancement de ce nouveau Salon, le **cortège inaugural** qui a déambulé dans les travées avait pris une coloration « Paris 2024 » avec la présence de deux athlètes paralympiques, la para-triatlète Annouck Curzillat et le para-nageur Dimitri Granjux.

L'escale protocolaire effectuée sur le Village des Sports a été l'occasion pour Philippe Vachoux, Président de Rochexpo, de saluer **leurs exploits** avec beaucoup d'émotion.

### Des animations pour tous

Pétanque, tir à la carabine laser, basket, tennis de table, randonnée pédestre... sont autant de disciplines qui ont pu faire découvrir leur pratique au **grand public** cet automne.

Les Comités sportifs départementaux FSCF et Boxe de Haute-Savoie ont proposé des démonstrations spectaculaires le samedi 2 novembre, attirant **bon nombre** de curieux.

Comme chaque année, l'appui des Comités et des clubs est crucial pour proposer tout au long des 5 jours de Salon ces initiations et animation.

Le CDOS remercie **Rochexpo** pour la mise à disposition d'espace et l'ensemble des bénévoles qui ont contribué à informer les visiteurs, nombreux même en période de vacance scolaire.

Dimitri Granjux et Annouck Curzillat étaient présents sur le Village des Sports pour l'inauguration du Salon Mieux Vivre Expo

© CDOS 74





# Célébration

## Les athlètes sélectionnés pour Paris 2024 à l'honneur

Le mercredi 30 octobre à La Roche-sur-Foron, le CDOS 74 organisait un retour des Jeux Olympiques et Paralympiques **Paris 2024**, sous forme de rétrospective des actions mises en place par les acteurs du territoire.

Une **centaine de personnes** a pu prendre part à ce moment convivial et festif.

### Effectuer le bilan des actions

Mobilisé depuis plus d'un an en tant qu'acteur chargé d'**animer le territoire** de la Haute-Savoie en amont et pendant les Jeux, le CDOS 74 est revenu sur les principaux temps forts, qui ont nécessité l'implication de tous : institutions, collectivités, établissements scolaires, comités sportifs départementaux et clubs, athlètes...

Les deux **Relais de la Flamme**, Olympique le 23

juin et Paralympique le 25 août, ont constitué une belle **fête populaire**. La Ville de Chamonix avait pour l'occasion amené l'exemplaire de la torche olympique en sa possession.

L'opération « 1 000 jeunes sportifs licenciés à Paris 2024 » a également donné lieu à plusieurs partages d'expérience et a été l'occasion de remercier l'ensemble des bénévoles impliqués dans le projet.

### Le vécu des sportifs retenus

**3 sportifs** haut-savoyards sélectionnés ont honoré l'événement de leur présence et ont partagé leur expérience à Paris : Amélie **Cordeau** et Dimitri **Granjux** pour leurs premiers Jeux, à domicile, et Annouck **Curzillat** qui s'était déjà illustrée à Tokyo.

Tous se sont vus remettre la médaille du CDOS 74 ainsi qu'une affiche officielle.

L'action « Rétrospective et héritage de Paris 2024 » a permis de distinguer Amélie Cordeau, Annouck Curzillat et Dimitri Granjux © CDOS 74



# Distinction

## Le Trophée Écureuil fête ses 30 ans d'existence

À l'initiative du Comité Départemental des Médaillés de la Jeunesse, des Sports et de l'Engagement Associatif, l'organisation du **Trophée Écureuil** fêtait ses 30 ans à Vétraz-Monthoux le 25 octobre dernier.

### Les lauréats de l'année

Dimitri **Granjux** a reçu le super Trophée pour son magnifique palmarès et pour sa participation aux Jeux Paralympiques de Paris 2024, tout comme son entraîneur, Thierry **Chavanne**, licenciés tous deux à Handicap Sports-Loisirs Bonneville et à Annemasse Natation.

Augustine **Carliez** - Télémart  
Championne du Monde Juniors, Championne du Monde par équipes, membre de l'Equipe de France, 6 podiums de Coupe du Monde et poursuivant en parallèle des études de médecine.

Louise **Roguet** - Biathlon  
Championne de France de biathlon d'été en poursuite catégorie U19

Cyril **Chanel** - Natation d'été  
Champion de France Junior-Senior sur 200 m brasse en 2023, triple Champion de France sur 50, 100 et 300 m brasse en 2024

Louise **Herzog** - Cyclisme  
Auréolée de nombreux titres départementaux et régionaux, sur route et en VTT

### La défense des valeurs du sport

Bernard **Couty**, responsable de la commission, a insisté, pour ce 30<sup>ème</sup> anniversaire, sur les bienfaits de ces trophées, son palmarès, certes, mais aussi sur la prise en compte par le jury de la formation et des préceptes moraux liés aux sports.

La 27<sup>ème</sup> cérémonie de remise des Trophées Écureuil s'est tenue vendredi 25 octobre à Vétraz-Monthoux

© CD Médaillés



## La Semaine des métiers du sport fait étape à Annecy

La Semaine des Métiers du Sport vise à sensibiliser les jeunes et les demandeurs d'emploi aux **nombreuses opportunités** professionnelles dans les métiers liés au sport, que ce soit dans les domaines de l'encadrement, du sport professionnel, de la santé ou de l'administration.

### Les principaux objectifs

Après les Jeux de Paris 2024, il apparaît crucial de maintenir l'élan créé dans le secteur du sport, en particulier pour **l'emploi et la formation**, via différents axes de travail :

- Découverte des métiers
- Rencontres professionnelles
- Sensibilisation et orientation
- Encourager les parcours d'insertion professionnelle
- Renforcer la féminisation

### Une table ronde à Annecy

Dans un contexte où le secteur du sport connaît des mutations profondes, Profession Sport et Loisirs Auvergne, la DRAJES Auvergne-Rhône-Alpes et le CDOS 74 ont réuni l'ensemble des acteurs du sport autour de la table ronde « **Les emplois de demain dans le sport** » le 15 novembre dernier, à la Maison Départementale des Sports et de la Vie Associative.

Cet événement s'est tenu en présence de spécialistes qui ont **animé les débats** et répondu aux interrogations des structures sportives présentes :

- Svetlana Gjorgjievski de PSL Auvergne
- Marie-Cécile Doha de la DRAJES AURA
- Stanislas Breuil du COSMOS
- Isabelle Pinet de l'AFDAS
- Julien Messina de France Travail AURA

Svetlana Gjorgjievski Thierry Coulon, Catherine Allard, Odile Mauris et Fabien Basset ont ouvert cette matinée instructive

© CDOS 74



## Retour sur le séminaire du Mouvement Olympique AURA

Le Mouvement Olympique et Sportif Territorial Auvergne-Rhône-Alpes s'est retrouvé lors de son **séminaire annuel**, les 12 et 13 novembre à Annecy.

### Un travail commun renforcé

Les élus et les salariés des institutions du mouvement sportif de la région avaient, pendant ces 2 jours, l'objectif de renforcer les liens entre les différentes structures afin d'optimiser le **travail collectif**, notamment dans le cadre de la prochaine campagne de l'Agence Nationale du Sport 2025, pour définir des critères d'attribution cohérents pour les subventions ANS.

Enjeu majeur, l'analyse des **mécanismes financiers** de chacun des CDOS et du CROS a fait l'objet d'un travail approfondi, basé sur le partage d'expérience.

Tous ont des axes forts de travail et des **orientations spécifiques** et cette opportunité d'échanger s'est avérée bénéfique pour le MOST AURA.

### Les grands événements à venir

Si les Jeux Olympiques et Paralympiques Paris 2024 ont bien entendu été au cœur des actions de ces derniers mois, d'autres grands temps forts vont animer la région dans les années à venir.

Michel Callot, Président de la Fédération Française de Cyclisme, et Marie-Françoise Potereau, Vice-Présidente, sont intervenus pour présenter les **Championnats du Monde de cyclisme 2027**.

Le séminaire s'est conclu avec une présentation de la Fédération Française de Ski dans son nouveau siège et un aperçu des Jeux des **Alpes Françaises 2030**.

Les différentes structures olympiques de la région avaient fait le déplacement jusqu'en Haute-Savoie

© CROS Auvergne-Rhône-Alpes



# Handisport

## Le Conseil Départemental soutient le dispositif « Club Inclusif »

Le Département de la Haute-Savoie, porteur d'une politique sportive forte et volontaire aux côtés des Comités Départementaux pour faire vivre le sport sur le territoire, a officialisé son soutien au dispositif « **Club inclusif** ».

### De quoi s'agit-il ?

« Club inclusif » est un programme de sensibilisation à l'accueil de personnes **en situation de handicap** qui s'adresse aux dirigeants et encadrants des clubs sportifs, en 2 temps :

- Un temps de **sensibilisation**

Les dirigeants et encadrants du club bénéficient d'une sensibilisation aux différents types de handicaps, qui leur permettra de mieux appréhender les fondements de **l'accueil** de personnes en situation de handicap au sein de clubs.

- Un temps d'**accompagnement**

Les clubs sont accompagnés dans leur projet d'accueil de personnes en situation de handicap pour la rentrée sportive. Ils peuvent être aiguillés sur les différents enjeux : ressources, matériels, créneaux...

### Un programme gratuit

Financé en totalité par le Département de la Haute-Savoie et le Comité Paralympique et Sportif Français, ce programme est **gratuit** pour les clubs affiliés.

Les Comités et les clubs sont invités à s'inscrire dès à présent aux sessions qui sont proposées à partir du **3 février 2025, à Cluses**.

Pour toute précision, une adresse e-mail dédiée existe : [club-inclusif@france-paralympique.fr](mailto:club-inclusif@france-paralympique.fr)

Le CPSF aide les clubs pour une meilleure inclusion

© CPSF



DEVENEZ UN CLUB INCLUSIF

## Santé mentale et sport-santé, un duo gagnant

En 2025, la santé mentale est érigée en **Grande Cause Nationale**, avec une ambition forte : briser les tabous, améliorer l'accès aux soins et promouvoir des solutions concrètes pour préserver notre bien-être psychique.

Parmi les leviers reconnus pour agir positivement sur la **santé mentale**, le sport-santé s'impose comme une évidence.

### Un lien prouvé par la science

L'activité physique est un véritable antidote naturel contre le stress, l'anxiété et la dépression. Voici pourquoi :

- Production d'**endorphines** : l'exercice stimule la production d'hormones du bien-être, favorisant un sentiment de satisfaction et d'apaisement ;
- Réduction du **stress** ;
- Amélioration du **sommeil** : la pratique régulière aide à réguler les cycles de sommeil, essentiel pour une bonne santé mentale ;
- Renforcement de la **confiance** en soi : l'activité physique permet une meilleure connaissance de son corps et cultive une image positive de soi-même.

### Un programme pour tous

Tout au long de l'année, le CDOS proposera :

- Des **ateliers ou conférences** sur cette thématique en collaborant avec le secteur médico-social ;
- De valoriser vos initiatives en multipliant leur visibilité ;

- Un **événement** autour de la santé mentale.

### Réconcilions corps et esprit

L'**activité physique** devient un pilier de la prévention et du soin en santé mentale. Prendre soin de soi, c'est aussi bouger.

Voilà **quelques pistes** qui peuvent vous aider :

- Sensibiliser vos animateurs aux enjeux de la santé mentale ;
- Informer vos adhérents de l'importance de la pratique de l'activité physique sur le mental ;
- Collaborer avec des experts ;
- Proposer des séances spécifiques : méditation, sophrologie, marche, yoga...
- Adapter votre activité à un public vulnérable.

En plaçant la santé mentale au cœur des priorités, vous pouvez devenir un véritable acteur de transformation, où le sport n'est pas seulement une activité physique, mais aussi un moyen de **mieux vivre ensemble**.

Le pôle Sport-santé du CDOS 74 reste à votre disposition pour vous accompagner.

### Contactez le pôle



04 50 62 90 51



sportsante.hautsavoie@franceolympique.com

# Vie associative

## Découvrez le programme 2025 du service Vie associative du CDOS 74

Chaque année, le service Conseil à la vie associative et Formations du CDOS 74 publie son **programme** pour l'année à venir.

L'ensemble des temps forts pour 2025 est d'ores et déjà disponible en ligne, avec une variété de sujets abordés qui vise à répondre aux **besoins des bénévoles**, dirigeants et salariés d'associations de tous secteurs.

### Une large offre de formations

De janvier à décembre, le CDOS 74 propose des **formations thématiques** à Annecy ou en distanciel : gestion de son association, communication, gouvernance, financements, bénévolat...

Les formations **professionnelles** sont, elles, mises en place sur plusieurs jours, apportant des **compétences** poussées :

- CFGA - Certificat de Formation à la Gestion Associative
- Accueil et inclusion des personnes en situation de handicap
- Préparer mentalement les pratiquants d'APS
- Concevoir et animer une session de formation

Les collectivités et associations qui le souhaitent peuvent également commander des **formations à la carte** auprès du CDOS 74, selon leurs besoins.

Le service concerné se déplace sur le territoire au plus près des structures demandeuses pour leur permettre de **monter en compétences**.

### Des événements conviviaux

En parallèle, le CDOS 74 s'attache à renforcer le tissu associatif local par des **moments d'échanges**, sur des thématiques diverses.

Les petits-déjeuners des associations et les rendez-vous du numérique associatif sont ainsi plébiscités pour **s'informer** et nouer des liens avec d'autres structures. Ils constituent une première approche qui peut être approfondie ensuite par un module de formation.



TÉLÉCHARGEZ LE  
PROGRAMME 2025

### Contactez le pôle



04 50 62 90 48  
04 50 62 90 47



formations@cdos74.org  
vie-asso@cdos74.org

# Bonne année

# 2025

**À l'heure d'une nouvelle olympiade,  
le Président, les membres du Conseil d'Administration  
et le personnel vous présentent  
leurs meilleurs vœux pour 2025 !**