

ZOOM SUR...

Les dirigeants de Franconville



Claude Besnard, le président

Tout d'abord footballeur et joueur de volley-ball, sport dans lequel il a été champion de France militaire, il s'est ensuite passionné pour le tennis et le golf. «La balle est devenue de plus en plus petite, je vais finir par jouer aux billes», ajoute-t-il, avec humour. Membre de la Ligue de tennis du Val-d'Oise depuis sa création en 1976, il a rejoint la retraite sportive, tout d'abord pour y animer la section tennis, et c'est en l'an 2000 qu'il en a repris la présidence.



Jacques Gelsomino, le responsable informatique

C'est un tout jeune arrivant dans l'association. Randonneur et joueur de tennis avec ses fils David et Michael qui comptent parmi les meilleurs joueurs du Val-d'Oise, il s'occupe du site internet et de la gestion des inscriptions. «J'ai attrapé le virus de l'informatique à plus de 50 ans grâce à un jeune qui me l'a transmis», explique-t-il, avant d'ajouter : «l'association m'a sauvé la mise, car grâce au certificat médical à fournir on a détecté que ma carotide était obstruée à plus de 85%».



Christian Lhortolary, le secrétaire

Un bénévole de carrière. Vingt-cinq ans qu'il se met au service des autres, dont deux décennies comme dirigeant au club de football. «Je n'ai curieusement jamais pratiqué de sport avant de devoir me mettre à la randonnée en 2002, car je suis diabétique. J'y ai rencontré du beau monde et j'en suis devenu le secrétaire l'année dernière. Je suis bien aidé par Michèle Drouin, Irène Cornuau qui s'occupe du bulletin interne tous les trois mois, et Claude Denis qui va me succéder l'an prochain car je vais déménager.»



Claude Denis, la relève

Il est donc membre du comité directeur et élève secrétaire depuis quelques mois. Mais ce n'est pas tout. En toute logique, il rejoindra prochainement la liste des animateurs. «J'essaie de monter une section tir à l'arc. Avec Marie-Claude et Serge Godart nous terminons actuellement la formation fédérale. Initialement, j'étais venu rejoindre mon épouse. Beaucoup de femmes seules sont ici, elles sont 20% de plus que les hommes. Quant à la moyenne d'âge, elle est de 71 ans pour des adhérents allant de 50 à...94 ans.»

MULTISPORTS ► Zoom sur le comité départemental de la retraite sportive

Quand les "papis et les mamies" font de la résistance

Dans les années 70, des retraités de la région Rhône-Alpes se sont orientés vers la pratique d'activités physiques, bientôt imités dans de nombreux départements. Ce mouvement s'est amplifié et structuré, soutenu par le ministère de la Jeunesse et des Sports. Il a abouti en 1982 à la création de la FFRS, la Fédération Française de la Retraite Sportive.

Pour son 25^{ème} anniversaire, celle-ci compte aujourd'hui 50 000 adhérents, 2 000 animateurs et 450 clubs. Elle favorise en toute sécurité la pratique conviviale, hors compétition, des activités physiques et sportives avec pour crédo : des seniors pour des seniors par les seniors, une licence unique pour de nombreuses activités, un remède contre l'isolement.

Comme pour la plupart des sports, elle s'organise autour de comités régionaux et départementaux. Le Val-d'Oise n'échappe pas à la règle avec son CODERS (Comité départemental de la retraite sportive).



Les animatrices de la gym aquatique devant la piscine de Franconville.



Photo de famille des animateurs de l'ARSF, l'Association de la Retraite Sportive de Franconville.

Avec 1 100 membres, ce dernier est même le plus important des six associations qui forment le CODERS Ile-de-France (comité régional de 4 600 licenciés).

Les retraités sportifs valdois ont cinq clubs à leur disposition actuellement : Enghien et Franconville qui existent depuis vingt ans, le Parisis (Plessis-Bouchard, Taverny, Ermont), l'Hautil (Vauréal) et Sarcelles. L'un des principaux objectifs est la création de nouveaux clubs dans d'autres communes. Les cinq présidents de clubs ainsi qu'une dizaine de membres forment le comité valdoisien, présidé par Jacqueline Buard. Prenons l'exemple du club de Franconville. La moitié des pratiquants du département y sont recensés et s'y voient proposer un panel d'activités important, exercées en journée du lundi au vendredi. Aux côtés de Claude Besnard, le prési-

dent, on trouve vingt-cinq personnes au comité directeur et une trentaine d'animateurs formés et diplômés par la Fédération. Tous sont bénévoles. Des partenariats ont été mis en place avec les clubs sportifs pour utiliser leurs infrastructures, le plus gros se faisant au Csl, le centre des sports et loisirs de Franconville, avec ses trois courts de tennis, sa piscine, ses salles de musculation, de squash, de tennis de table, de billard, son bowling, son gymnase et ses bureaux. De nombreuses animations sont organisées, des soirées, des sorties culturelles, des séjours et des rencontres inter-clubs, notamment la "Journée départementale" qui a lieu chaque année, une sorte de mini-olympiade. Ils étaient trois cents à se réunir cette année à Franconville avant de se donner rendez-vous à Sarcelles en 2008.

LE MOT De la présidente du CODERS 95

Jacqueline Buard



Jacqueline Buard est également licenciée au Parisis et animatrice de danse : «Nous essayons d'être dynamiques et il y a une bonne participation de tous les adhérents, chacun à leur niveau. De plus en plus de gens sont intéressés, mais nous ne sommes pas encore assez connus

des instances municipales et il nous manque des gens prêts à prendre des responsabilités pour créer d'autres clubs. Ce serait plus facile d'avoir plus de petits clubs à gérer plutôt que quatre à cinq cent personnes. On pourrait alors être plus proches de nos membres.»

La journée des CODERS

Le comité départemental de la retraite sportive et Sarcelles retraite sportive invitent les 50 ans et plus à découvrir la journée du CODERS. Jeudi 17 avril à Sarcelles, espace champ de foire, stade Nelson Mandela, route des Refuzniks, de 8h15 à 17h30. «La Fédération Française vient de fêter ses 25 ans à Limoges les 26 et 27 mars dernier. Cette journée va permettre aux adhérents des clubs du Val-d'Oise de se rencontrer, mais elle a surtout un but promotionnel auprès des seniors désirant nous découvrir», explique Jacqueline Buard, présidente du comité valdoisien.

Au programme, accueil et collation à 8h15, activités à partir de 9h, repas (15 euros) ou pique-nique (à apporter) à midi, reprise des activités à 14h et pot de l'amitié à 17h30. Activités : randonnées (prévoir poncho en cas de pluie, chaussures de randonnées), activités dansées, tennis (chaussures spéciales pour intérieur), tennis de table (apportez votre matériel), thai chi (avoir des vêtements amples), pétanque (n'oubliez pas vos boules), tir à l'arc (prêt du matériel), visites (Maison du patrimoine, Musée naval, hôtel-de-ville, église classée). Renseignements au 01.39.90.33.26.



Parés pour une sortie cyclo.

Informations pratiques

Animateur à tout âge

Licencié au RSCH, club de l'Hautil, Raymond Foucault est le plus "ancien" animateur du Val-d'Oise du haut de ses 84 ans. C'est tout d'abord dans l'Yonne, en 2006, qu'il a passé le tronc commun préparatoire à l'animation randonnée pédestre, avant d'enchaîner sur le brevet fédéral d'animateur. Une longue et belle carrière qui s'annonce.

Le CODERS 95 pratique

- Franconville : Csl, boulevard Rhin-et-Danube, 01.30.72.51.47 (lundi après-midi et vendredi matin).
- Enghien : 36, boulevard Sadi-Carnot, 01.39.64.13.29.
- Le Parisis : 1, rue de Verdun au Plessis-Bouchard, 01.39.95.64.53.
rsp.jlp@tele2.fr.
- L'Hautil : Agora 36, mail Mendès-France à Vauréal. Rens. au 01.34.42.34.14 ou au 06.84.72.52.96.
- Sarcelles : 12, rue des Étourneaux, 01.39.90.33.26. claud.queille@wanadoo.fr.

Liste non exhaustive des activités

Activités dansées et aquatiques, randonnée pédestre, tennis, gym, tennis de table, golf, tir à l'arc, cyclotourisme, badminton, taiji quan, pétanque, yoga-relaxation, billard, vélo, marche nordique, gym de la mémoire, jeux de cartes et de société, bowling, Vtc.

L'agenda des sorties

- Journée du CODERS à Sarcelles, le 17 avril.
- Séjour rando en Ardèche, du 4 au 11 mai.
- Séjour cyclo-tourisme en Côte-d'Or, du 17 au 24 mai.
- Croisière Moscou / Saint-Petersbourg, du 19 au 30 mai et du 3 au 14 juin.
- Séjour en village Azureva dans l'Aveyron, du 14 au 21 septembre.

Dossier réalisé par Sylain PETIT