



On se bouge!

à Saint Jean de la Ruelle

2024, en route vers les Jeux Olympiques et Paralympiques





Fabien Rivière da Silva
Maire de Saint Jean de la Ruelle



Véronique Desnoues
1^{re} adjointe en charge des sports, de la santé,
de l'autonomie et du handicap

La ville de Saint Jean de la Ruelle a obtenu le label « Terre de Jeux 2024 » dès novembre 2021 ; c'est une grande fierté pour notre commune, mais c'est aussi une reconnaissance de la politique sportive développée depuis de nombreuses années qui met en avant l'engagement et la compétence des bénévoles et professionnels des clubs sportifs stéouruellans et qui valorise l'action des agents municipaux.

Les Jeux Olympiques et Paralympiques Paris 2024 (JOP) seront ceux de la France entière. Le label « Terre de Jeux 2024 », dispositif unique dans l'histoire des Jeux, valorise les collectivités territoriales qui œuvrent pour une pratique du sport plus développée et inclusive, de la commune à la région.

Ce label entend fédérer une communauté d'acteurs locaux convaincus que le sport change les vies.

Mais les Jeux Olympiques et Paralympiques ne doivent pas être une fin en soi ; bien au contraire, nous devons nous appuyer sur ce grand événement mondial pour poursuivre et améliorer la campagne du « bouger mieux » qui est **un des engagements du mandat de la Municipalité. Adultes, familles, enfants peuvent compter sur les services municipaux pour faire de l'activité physique et se maintenir en forme.**

Bien sincèrement

Sojous tous acteurs

C'est en ce sens que la Ville de Saint Jean de la Ruelle a imaginé le dispositif **ON SE BOUGE**, un objectif simple qui doit devenir quotidien et habituel : de la marche à pieds pour accompagner son enfant à la crèche ou à l'école, prendre son vélo pour aller chercher le pain, monter les escaliers plutôt que prendre l'ascenseur...

Mais au-delà de ces exemples, différentes offres et activités sont déjà en place, d'autres sont en cours de finalisation ; elles vous sont présentées dans ce livret **ON SE BOUGE** : sur les pelouses du centre aquatique et dans les quartiers l'été, en famille, pendant les vacances, avec les ados, nos aînés, dans les écoles, à la cantine...

Les services municipaux, et notamment la Direction de l'Éducation et des Sports mettent tout en œuvre pour vous aider à prendre plaisir à un peu d'activité physique ; les rencontres que vous ferez vous permettront de créer ou retrouver un lien social indispensable. Etre bien dans son corps, bien dans sa tête est un élément déterminant de santé publique.

Alors, commençons la lecture de ce magnifique projet, choisissez votre activité et rendez-vous très vite dans un gymnase ou autour d'un stade à Saint Jean de la Ruelle !

Alors on se bouge !

50%
des jeunes entre
16 et 30 ans déclarent
passer plus de 6h par
jour devant les écrans.

La sédentarité
représente la
4^e
cause de mortalité
en France.

L'inactivité est
responsable de
9%
des décès en France.

95%
des adultes sont exposés
à un risque de détérioration
de la santé par manque d'activité
physique et sportive.

Sources Agence
nationale du sport

À Saint Jean de la Ruelle

On se bouge !

Au centre aquatique

Tout comme le savoir rouler à vélo, le savoir nager est une compétence indispensable dans le cursus éducatif de chaque écolier : à Saint Jean de la Ruelle, les élèves vivent chaque année un cycle de natation, de la grande section maternelle au CM2. Les enseignants sont accompagnés pour un objectif : amener les enfants à savoir nager pour arriver à un objectif de 100% d'enfants réalisant le test d'aisance aquatique en fin de CM2.

En parallèle, le centre aquatique, afin de répondre plus largement et au mieux à la demande de ses usagers, multiplie l'offre d'activités aquaforme pour faire bouger les enfants et les adultes : cours d'apprentissages de la natation, aqua bike, aquagym, circuit training, créneaux publics réservés aux nageurs.

Renseignements et informations
auprès du centre aquatique 02 38 79 58 50



Environ
60 000
utilisateurs
par an, dont
10 000
scolaires
(de la grande
section à la ter-
minale)

On se bouge, un objectif simple qui doit devenir quotidien. Les nombreuses activités qui sont ou vont être proposées par la Ville sont à la portée de tous ; vous pouvez compter sur les services pour vous aider à prendre plaisir à un peu d'activité physique. Les rencontres que vous ferez vous permettront de créer ou retrouver un lien social indispensable. Bien dans son corps, bien dans sa tête : *Alors, on se bouge !*

Sur les pelouses !

Lancé en 2021, le dispositif *On se bouge sur les pelouses* s'installe l'été au centre aquatique et dans les quartiers. À travers ces journées ludiques, c'est l'occasion pour toutes et tous de découvrir et tester de multiples activités proposées par un éducateur sportif.

Renseignements et informations
auprès du pôle Sports 02 38 79 33 42



Entre
2 et 4
interventions
par semaine
Ouvert à tous





Dans les écoles !

La municipalité a souhaité mettre l'accent sur une compétence indispensable tant socialement que socialement : le Savoir Rouler à Vélo (SRAV). Cette formation, conduite par Nicolas Mire, responsable de l'action sportive à Saint Jean de la Ruelle, a été dans un premier temps mise en place pour les CM2 de la ville sur le temps périscolaire ATEMPO lié à la semaine de 4,5 jours et auprès des enfants des accueils de loisirs aux Queues de Forêt.

Depuis le début de l'année scolaire, c'est désormais avec les enseignants des classes de CM1 et de CM2 des écoles élémentaires, sur le temps de classe, que les enfants bénéficient de cet apprentissage.

Cette formation s'insère dans l'APER (attestation de première éducation à la route) avec un permis piéton en CP, un permis passager (apprendre à évacuer un bus) en CE1... Apprentissages menés avec la police municipale.

Par ailleurs les créneaux d'occupation des installations sportives ont été multipliés pour les scolaires et un cycle de natation rajouté pour les grandes sections et ainsi appréhender au plus tôt le milieu aquatique.

Se bouger dans les écoles c'est aussi l'organisation, le 27 mars, d'un cross regroupant 700 élèves sur le stade de l'Institut Régional des Jeunes Sourds (IRJS) en lien avec l'Union Sportive de l'enseignement du premier degré (USEP).



Les kilomètres des 7 restaurants sont cumulés pour essayer de parcourir la plus grande distance : en 2024 : de Saint Jean de la Ruelle à Olympie !

Les élèves ont cumulé plus de **3500 km** depuis la mise en place du dispositif en janvier 2024.

A la cantine !

Dans le cadre de la participation à l'élaboration et au suivi d'un parcours éducatif de santé dans chaque école stéourellane (au moment de la restauration) et afin de promouvoir l'éducation à la santé et participer à la mise en œuvre des 30 minutes de pratique physique quotidienne, les élèves sont incités à marcher. Ainsi, des podomètres sont fournis aux enfants (notamment les moins mobiles) pour les inciter à se déplacer.



10,168 PAS

Pour l'inclusion !

Se rassembler autour de la pratique sportive, apprendre à s'accepter et accepter l'autre : le pôle Sports et l'IRJS lancent la première édition, de la **Semaine Sportive et Inclusive** à Saint Jean de la Ruelle : pendant une semaine, tous les enfants des six écoles élémentaires de la commune vont participer à des animations sportives et handisportives. **La manifestation se tiendra du 27 au 30 mai, au stade de l'IRJS.**

Des actions sont également proposées pendant la Semaine Olympique et Paralympique (SOP).

Ces manifestations s'inscrivent pleinement dans l'engagement pris par la ville de Saint Jean de la Ruelle en faveur du handicap et de l'inclusion.

La Semaine Sportive et Inclusive fait écho aux **Journées intercommunales du handicap** menées conjointement avec les communes d'Ingré, Fleury-les-Aubrais et de La Chapelle Saint Mesmin, afin de sensibiliser le grand public à toutes ses formes.

Renseignements et informations auprès du pôle Sports 02 38 79 33 42



1200 enfants attendus pendant la Semaine Sportive et Inclusive



En famille !

Depuis maintenant un an et demi, la Ville propose *On se bouge en famille*, une activité sportive mensuelle proposée aux familles adhérentes des maisons Pour Tous.

Pratique

• **Maison pour tous Nord**, au complexe sportif Maurice Millet, salle de tir à l'arc le vendredi de 17h15 à 18h45
Inscriptions au 06 32 54 67 45

• **Maison pour tous Sud**, au complexe sportif des Trois Fontaines, dojo, le jeudi de 16h30 à 18h
Inscriptions au 02 38 79 58 63

Pour les associations !

Se bouger c'est aussi aider nos associations sportives dynamiques et performantes. Accompagner l'activité physique, construire des liens sociaux et favoriser la pratique pour toutes et tous à travers les 19 associations sportives de la ville.

Total subventions versées en 2023 :

156 350 €

Nombre de licenciés stérouellans 2022-2023 :

1 840



Photos Gérard Changeux

Retrouvez la liste complète des associations sportives

Pendant les vacances !



Afin d'encourager la pratique sportive chez les jeunes, la Ville propose *On se bouge pendant les vacances !* : une semaine sportive avec une thématique (sports collectifs, duels, innovants...)

Renseignements et informations auprès du pôle Sports 02 38 79 33 42



En soirées !

Venez entre amis, en famille, participer gratuitement à une ou plusieurs soirées d'animations sportives. Au programme, des activités ludiques et en musique pour tous les âges, dans une ambiance conviviale ! Vous pourrez découvrir des sports tels que le Kin Ball, Poull Ball ou Tchouk Ball !



On se bouge en 2024

les rendez-vous à ne pas manquer

- ◆ **DU 3 AU 7 AVRIL :**
Semaine Olympique et Paralympique - Réservé aux scolaires
- ◆ **13 AVRIL 16H30-20H15 :**
Carnaval - " La flamme 2024 et ses délégations farfelues "
- ◆ **20 JUIN - 16H30 :** *On se bouge en famille*
Complexe sportif des Trois-Fontaines
- ◆ **28 JUIN - 17H15 :** *On se bouge en famille*
Complexe sportif Maurice-Millet
- ◆ **5 JUILLET - 17H15 :**
On se bouge en famille
Complexe sportif Maurice-Millet

VACANCES DE PRINTEMPS :

On se bouge pendant les vacances !
On se bouge en soirées

- ◆ **17 MAI - 17H15 :** *On se bouge en famille*
Complexe sportif Maurice-Millet
- ◆ **23 MAI - 16H30 :** *On se bouge en famille*
Complexe sportif des Trois-Fontaines
- ◆ **23 MAI :** Journée vélo organisée avec Orléans Métropole - Parc de Loire
- ◆ **24 MAI - 17H15 :** *On se bouge en famille*
Complexe sportif Maurice-Millet
- ◆ **24 MAI - 18H30 :**
Concert - Centre aquatique
- ◆ **DU 27 AU 30 MAI :**
Semaine Sportive et Inclusive
Stade de l'IRJS - Réservé aux scolaires

VACANCES D'ÉTÉ :

On se bouge sur les pelouses
On se bouge pendant les vacances !

ET JUSQU'À JUIN 2024 :

Dans le cadre de l'Appel à projet éducatif valorisant la création d'une exposition faite par les élèves (reproduction de tableaux en lien avec les Jeux Olympiques).

Cette exposition sera ouverte au public et proposée à différents lieux de la ville. Restez à l'écoute.

Retrouvez le calendrier complet dans *Les Nouvelles* et sur ville-saintjeandelaruelle.fr

Ça va bouger à Saint Jean de la Ruelle

Parce que cette opération est construite sur un besoin avéré de santé publique elle ne s'arrêtera pas avec la fin des Jeux Olympiques d'été de 2024 !

Dans les écoles :

Les cours de récréation vont être aménagés pour favoriser le mouvement en autonomie ou avec les enseignants ou animateurs.

Pour la culture :

renforcement des actions en lien avec le sport : conférences, spectacles, concerts...

Pour les seniors :

développement des actions à l'espace intergénérationnel : gymnastique douce, renforcement musculaire, lutte contre l'arthrose par le mouvement, prévention des chutes...

Avec les associations :

opérations partagées autour d'évènements favorisant le lien social, la citoyenneté et le mouvement : téléthon, octobre rose ...




Le pôle sports reste à votre écoute pour toutes suggestions permettant l'activité physique du plus grand nombre. N'hésitez pas à nous contacter.

Les équipements sportifs à Saint Jean de la Ruelle





Renseignements et informations auprès
du pôle Sports 02 38 79 33 42 sports@ville-saintjeandelaruelle.fr
du centre aquatique 02 38 79 58 50

Retrouvez toute l'actualité On se bouge
www.ville-saintjeandelaruelle.fr -    @sjrofficiel



On se bouge!

à Saint Jean de la Ruelle

2024, en route vers les Jeux
Olympiques et Paralympiques





On se bouge!

à Saint Jean de la Ruelle

2024, en route vers les Jeux
Olympiques et Paralympiques

