



COMITÉ DÉPARTEMENTAL SPORT ADAPTÉ NORD

# 1<sup>er</sup> Défi Santé

## du Nord'Adapt

### 20/20

DIMANCHE 27 SEPTEMBRE

BASE DE LOISIRS  
DU QUESNOY



## PRESENTATION

### QU'EST-CE QUE C'EST ?

---

Le Comité Départemental Sport Adapté Nord, élus et salariées ont le plaisir de vous annoncer le lancement de leur 1<sup>ère</sup> rencontre régionale accès sur la santé. Cette journée s'intitule :

#### Le Défi Santé en Nord'Adapt

Les disciplines sont : le canoé, l'escalade, le tir à l'arc, la marche nordique, le mini-golf, la pétanque, le poull-ball, la tyrolienne.

La 1<sup>ère</sup> édition de notre événement aura lieu à la base de loisirs du Quesnoy pour réunir les sportifs et passer un formidable moment de sport et de convivialité autour des activités de pleine nature. Ces activités ludiques s'adressent à des sportifs de tous les âges qui, pour une grande majorité ne peuvent ou ne souhaitent pas s'engager dans des disciplines sportives de compétition.

### DES DÉFIS ?

---

Le Défi Santé en Nord'Adapt s'articule sur deux plans : le sport santé et les sports de pleine nature. Les activités telles que l'Escalade, le Tir à l'Arc, la Randonnée... sont construites selon 2 objectifs différents.

- Le Défi Découverte : Il permet de découvrir une activité que l'équipe n'a jamais pratiquée. Le niveau technique est très accessible et le temps de pratique inférieur ou égal à 30 minutes par activité.
- Le Défi Santé : Lors de l'accueil un podomètre sera délivré à chaque groupe inscrit, qui devra le porter tout au long de la journée. A la fin de la journée, celui-ci pourra communiquer son total aux organisateurs afin de mettre en commun et **d'additionner tous les résultats** pour obtenir **une distance commune réalisée** ! Le but est de se rendre compte de la distance et de l'effort fourni par tous lors de cette journée de défis ! Le résultat sera annoncé en fin de journée.

Mais également des stands vous seront proposés tels que :

La Podologie, la pédicurie, la kinésithérapie, la diététique et d'autres sujets encore...

D'autres activités sont proposées telles que le minigolf et la tyrolienne ou encore le Mølkky, nous les présentons comme des ateliers « découverte » sans contraintes de résultats.

Chaque équipe, constituée de 6 sportifs maximum, devra s'inscrire sur un défi qui lui correspond dans chacune des activités (minimum 2 activités). Il lui sera remis un carton de participation dont l'accompagnateur aura la responsabilité. Sur ce carton, seront stipulées les activités sélectionnées et les défis choisis.

## INFORMATIONS GÉNÉRALES

Cette journée est ouverte :

- Aux personnes présentant une déficience intellectuelle et/ou des troubles psychiques, accompagnées par une association ou un établissement médico-social.
- Aux personnes en situation de handicap mental et/ou psychique stabilisé non suivies en institution, sous réserve de la présentation d'une attestation MDPH.
- Aux sportifs titulaires d'une licence sportive annuelle FFSA.
- Pour les non-licenciés à la FFSA, il est possible de prendre un PASS-SPORTIF.  
**ATTENTION !** Un certificat médical de non-contre-indication à la pratique des activités physiques d'endurance et de natation datant de moins d'un an sera exigé.

La participation se fait par **équipe de 6 sportifs**, accompagnés sur le site par 1, 2 ou 3 éducateur(s).  
**Chaque équipe s'engage dans un seul et même défi pour chaque activité choisie.**

Adresse : Chemin de Ghissignies, 59530 Le Quesnoy

Tarif d'inscription :

Le tarif d'inscription comprend la pratique et l'encadrement de toutes les activités souhaitées.

Tarif licencié : gratuit

Tarif non licencié : 10€/sportif (pass' sportif)

Les dossiers d'inscription sont à retourner  
à l'adresse suivante avant le

**LUNDI 14 SEPTEMBRE 2020**

[mariongrolleau@ffsa.asso.fr](mailto:mariongrolleau@ffsa.asso.fr)

ET

[ffsa59cd@wanadoo.fr](mailto:ffsa59cd@wanadoo.fr)

## PROTOCOLE SANITAIRE

Pour que la journée se déroule dans les meilleures conditions possibles, merci de respecter les consignes suivantes :

- Se laver les mains avant et après chaque activité (gel hydroalcoolique)



- Port du masque hors activités



- Tousser et éternuer son coude



- Utiliser un mouchoir à usage unique et le jeter à la poubelle



Lien pour la vidéo des gestes barrières réalisées par la troupe Visual Maker  
<https://www.facebook.com/visualmakercie/videos/599147814343419/>

Les artistes seront présents en fin de journée pour la clôture !!



**Les activités sont désinfectées à l'ouverture et fermeture du parc.**  
**Les pédalos, canoës et gilets de sauvetage sont désinfectés après chaque utilisation.**  
**Du gel hydroalcoolique est mis à disposition à l'entrée de chaque activité.**

**ATTENTION, il est possible que ce protocole évolue en fonction des directives gouvernementales.**

# PROGRAMME DE LA JOURNÉE

9H30 – ACCUEIL

## ACTIVITÉS

MARCHE NORDIQUE  
ESCALADE, TIR A L'ARC & TYROLIENNE  
MINI-GOLF & PÉTANQUE  
POULL BALL & CARDIOGOAL  
TROTINETTE  
ET AUTRES...

*Le repas du midi vous est offert grâce à notre  
partenaire Intermarché !!*



Hormis la marche nordique, les horaires des activités vous seront communiqués lors de l'accueil.

Pour le bon déroulement de la journée, les **premiers inscrits** seront **prioritaires** sur les activités choisies. Merci de nous préciser si vous avez des **contraintes horaires**.

**Les activités sont susceptibles de varier en fonction de la disponibilité.**

## FICHE INSCRIPTION DÉFI SANTÉ EN NORD' ADAPT 27-09-20

A renvoyer avant le **LUNDI 14 SEPTEMBRE** à :

[marion.grolleau@ffsa.asso.fr](mailto:marion.grolleau@ffsa.asso.fr) ou [ffsa59cd@wanadoo.fr](mailto:ffsa59cd@wanadoo.fr)

NOM DU RESPONSABLE : \_\_\_\_\_  
 ASSOCIATION/ETABLISSEMENT : \_\_\_\_\_  
 N° AFFILIATION : \_\_\_\_\_  
 ADRESSE : \_\_\_\_\_  
 TÉLÉPHONE : \_\_\_\_\_  
 EMAIL : \_\_\_\_\_

Merci d'indiquer si vous souhaitez participer aux activités suivantes et par ordre de préférences de 1 à 6 :

		Ordre (1 à 6)	Matin	Après-midi
ACTIVITÉS AERIENNES	Escalade			
	Tyrolienne			
ACTIVITE PRECISION	Tir à l'arc			
ACTIVITES AQUATIQUES	Canoë			
	Pédalos			
ACTIVITÉ TERRESTRE	Marche Nordique (le matin, après - midi à confirmer)			

# FICHE INSCRIPTION DÉFI SANTÉ EN NORD' ADAPT 27-09-20

Tableau Equipe :

NOM	PRENOM	DATE NAISSANCE	SEXE	N°LICENCE	Pass'sportif* 10 euros
<b>TOTAL A PAYER</b> (chèque à l'ordre du CDSA 59) :					€

***\*Tarif Pass' sportif pour les non-licenciés ( 10 euros)***



*Il est possible d'avoir plusieurs équipes venant du même établissement/de la même association.*

## CERTIFICAT MÉDICAL

CERTIFICAT MÉDICAL D'ABSENCE DE CONTRE-INDICATIONS  
À LA PRATIQUE DES ACTIVITÉS PHYSIQUES ET SPORTIVES EN SPORT ADAPTÉ  
SAISON SPORTIVE 2019-2020

N° de licence FFSA : ..... Nom du club FFSA : .....

Je soussigné(e), Docteur .....

Certifie, après avoir examiné Mme, Mr .....

Né(e) le .....

Qu'aucun signe d'affection cliniquement décelable ce jour, ne contre indique la pratique de toute activité physique et sportive adaptée « hors compétition » que le licencié aura choisie (participation possible à des manifestations d'activités motrices, de sport loisir et de sport pour tous).

Qu'aucun signe d'affection cliniquement décelable ce jour, ne contre indique la pratique des activités physiques et sportives adaptées « en compétition », dans les disciplines suivantes (citer chacune des disciplines autorisées en compétition), que le licencié aura choisie :

-  
-  
-  
-

Restrictions ou remarques éventuelles : .....

NB : pour les disciplines concernées par l'article A. 231-1 du Code du sport, modifié par l'arrêté du 9 juillet 2018, se référer à ce texte (alpinisme, boxe anglaise, plongée subaquatique, rugby, spéléologie, etc.).

### Protection des données : Informations préalables

Les informations recueillies dans le présent certificat ont pour finalité l'obtention d'une licence d'une fédération sportive (article L. 231-2 du Code du sport). Ces informations sont enregistrées par l'association à des fins de saisie de la licence.

Elles sont conservées pendant la durée contractuelle de la licence soit, à raison d'une saison sportive par l'association concernée et la date du certificat médical est mentionné dans le fichier informatisé tenu par la Fédération Française du Sport Adapté. Cette durée peut être prorogée dans le cas d'un renouvellement de licence (cf page 2 du présent document). Le dossier du sportif comprenant ce certificat médical est également conservé à des fins d'archivage pendant une durée de 10 ans au maximum à compter du non renouvellement de sa licence par l'association concernée.

Conformément à la loi n° 78-17 du 6 janvier 1978 relative à l'informatique, aux fichiers et aux libertés, vous disposez d'un droit d'accès et d'un droit de rectification ou d'un droit de suppression des données vous concernant.

Afin d'exercer ces droits, vous pouvez contacter l'association qui a saisi votre licence.

Fait à..... le .....

Signature et cachet du médecin :

## DROIT À L'IMAGE

Je soussigné(e) \_\_\_\_\_



Accepte d'être photographié(e) et/ou être pris(e) en vidéo par le photographe de l'évènement Défi Santé En Nord'Adapt Dimanche 27 Septembre 2020.



N'accepte pas d'être photographié(e) et/ou être pris(e) en vidéo par le photographe de l'évènement Défi Santé En Nord'Adapt Dimanche 27 Septembre 2020.

*Ces images peuvent être utilisées sous quelques formes que ce soit (Album de l'évènement, etc.) Je m'engage à ne pas tenir responsable le photographe ainsi que les organisateurs et toutes autres personnes agissantes avec sa permission.*

En signant cet article, je déclare avoir lu les conditions du droit à l'image.

Fait à \_\_\_\_\_

Le \_\_\_\_\_

Signature :

## PLAN D'ACCÈS

Chemin de Ghissignies,  
59530 Le Quesnoy

