

# Les dispositifs spécifiques

Bougez sur ordonnance, insertion par le sport... La Ville met en place des dispositifs pour favoriser la pratique du sport pour tous.

## Sports au féminin




Dans le cadre du développement du sport féminin, la ville de Montauban organise des animations sportives gratuites dédiées aux femmes, sportives ou pas. Ces activités visant le sport santé et le bien-être sont encadrées par des professionnels des métiers de la forme du CODEP EPG82. Les séances sont organisées le **dimanche matin de 10h30 à 11h30 au Palais des Sports** sur inscription. Le nombre de participantes est limité à 60.

### Séances

## Programme des activités en 2023

- > **Yoga** : 8 et 22 janvier - 5 et 19 février
- > **Fitness** : 12 et 26 mars - 2 et 16 avril
- > **Zumba** : 14 mai - 4 et 18 juin - 2 juillet
- > **Aérobixe** : 10 et 24 septembre - 8 et 22 octobre
- > **Pilates** : 19 novembre - 3 et 17 décembre

### Inscriptions

- > **Inscriptions** :
  - En ligne [en cliquant ici](#) 
  - Par téléphone : 05 81 98 20 95

# Bougez sur ordonnance



Dans le prolongement de sa politique sportive et de son contrat local de santé, la Ville s'est saisie du dispositif « Bougez sur ordonnance » porté par la Direction Régionale de la Jeunesse et de la Cohésion Sociale d'Occitanie.

Ce dispositif s'adresse aux patients atteints d'Affection de longue durée (ALD) pouvant, dans le cadre d'une prescription médicale, pratiquer des activités physiques adaptées.

## Le dispositif

L'activité physique possède de très nombreuses vertus et constitue un excellent moyen de se prémunir ou vivre mieux avec une maladie chronique ou affection de longue durée (ALD). La Ville a donc travaillé pour trouver des associations et structures du territoire en capacité d'encadrer du sport adapté .

38 médecins généralistes ont également été démarchés afin de leur présenter le dispositif et le cadre légal dans lequel il s'intègre. Les médecins partenaires pourront prescrire des séances d'Activités Physiques adaptées à leurs patients qui seront suivies par le coordinateur de la Ville de Montauban. Le remboursement de ces séances est possible selon les mutuelles.

## Les clubs partenaires

Aujourd'hui, 10 clubs montalbanais proposent des créneaux permettant aux bénéficiaires de retrouver une activité : Association Tennis Montauban, Bouger pour s'en sortir, Les jours d'après, Harmonie, H altérophilie club Montauban, Montauban Natation 82, Montauban Athlétisme, Montauban boxe anglaise, Profession sport & loisirs 82, Shark'aventures et Union nautique Montauban.

## Contact

**Patrick CARPENE**

@ [Courriel](#)

Référent « **Bougez sur ordonnance** »

[05 63 91 78 29](#)



Flyer 2020 - Bougez sur ordonnance ([http://files.admin.APROGRESSE/03\\_Culture\\_Loisirs/Sport/flyer\\_bougez\\_2020.pdf](http://files.admin.APROGRESSE/03_Culture_Loisirs/Sport/flyer_bougez_2020.pdf))

## Télécharger

## Apprendre à nager

Depuis 2015, la Ville de Montauban participe à l'appel à projet « Apprendre à nager » de l'Agence Nationale du Sport (ANS) dans le cadre du plan « Citoyens du Sport ».

Cette action vise à soutenir des opérations d'apprentissage de la natation comme vecteur d'intégration sociale pour les jeunes des quartiers prioritaires de la Ville. Concrètement, par groupe de 8, les enfants de 4 écoles implantées dans ces quartiers se voient dispenser gratuitement 20 séances de natation et le passage du test « Sauv <https://www.montauban.com/culture-et-sports/sport/les-dispositifs-specifiques?>

'Nage ». Ainsi, ils acquièrent les bases de la natation.

## Sport insertion

Depuis 2002, la Ville signe une convention de partenariat avec des associations sportives montalbanaises, afin de permettre à des jeunes âgés de 6 à 17 ans, ayant des difficultés scolaires ou familiales, de bénéficier d'un accès facilité aux activités sportives. Un budget est alloué par la Ville chaque année afin de financer 100% de la licence sportive la première année et 50% la deuxième année.

En 2020, le dispositif « sport-insertion » a permis à 55 enfants de pratiquer un sport dans l'un des 17 clubs conventionnés. Depuis la création du dispositif, plus de 700 enfants ont intégré le dispositif.