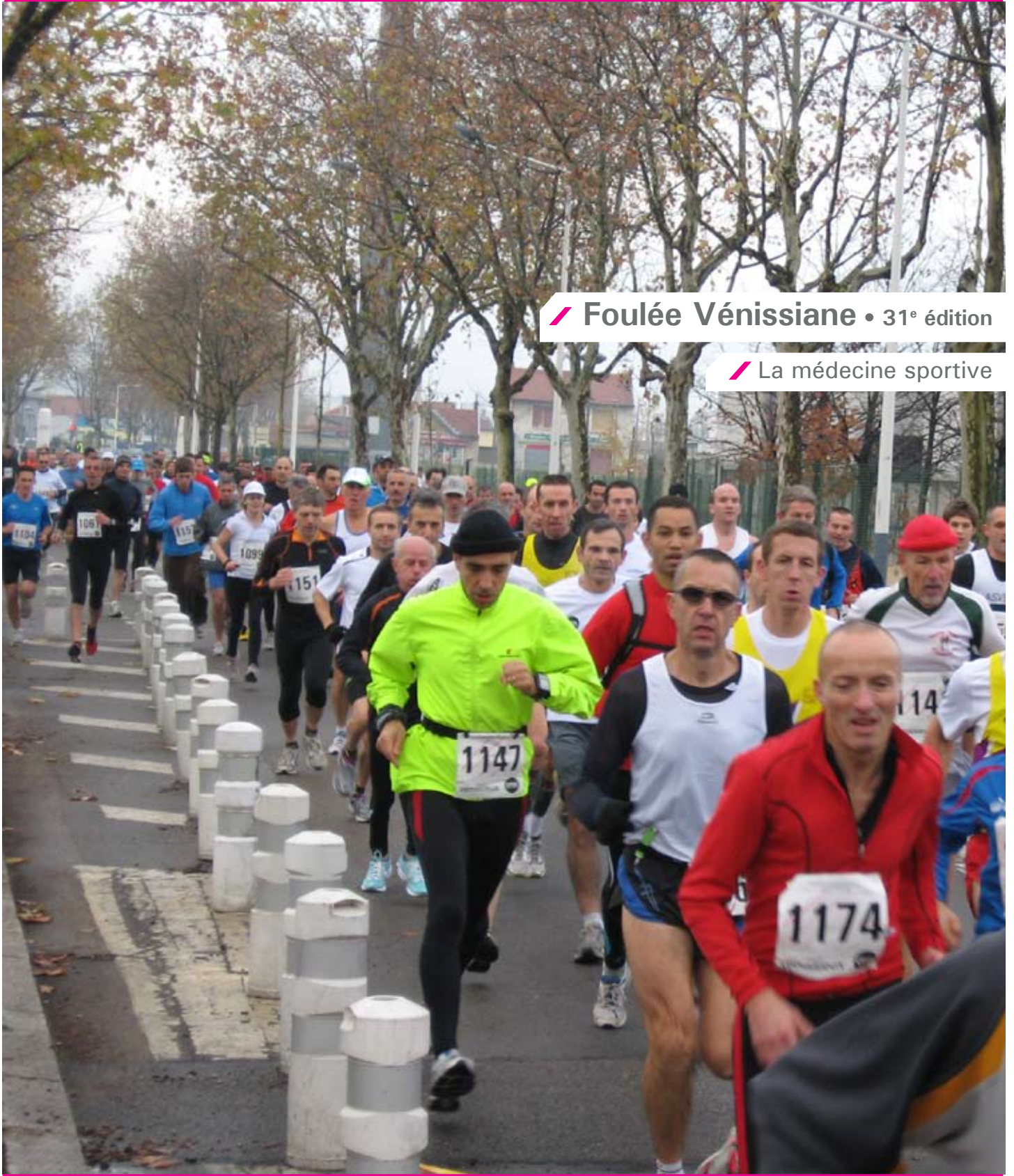




VÉNISSIEUX LA SPORTIVE

SPORT
ET CONCERTATION //

Bulletin des dirigeants sportifs, édité par l'Office Municipal du Sport de Vénissieux



/// Foulée Vénissienne • 31^e édition

/// La médecine sportive

Sommaire

✓ Dates à retenir Prochain numéro	02
✓ Édito	03
✓ Bilan de la Foulée Vénissiane	04
✓ Foulée Vénissiane : les chiffres	05
✓ Foulée Vénissiane : les scolaires	06
✓ Foulée Vénissiane : les générations	07
✓ Dossier : Quelle médecine du sport à Vénissieux ?	08-09-10 11-12-13
✓ Portrait : Jacques GIRARDIER	14-15
✓ Le Centre Nautique Intercommunal	16



AGENDA

Dates	Événements	Lieux
5 janvier	18h Conseil d'administration avec tous les clubs	OMS
8 janvier	10h Remise du défibrillateur à l'OMS	OMS
15/16 janvier	Championnat de France cadet espoir Taekwondo Club	Gerland
21 janvier	18h30 Pot des bénévoles de la Foulée Vénissiane	OMS
29 janvier	Compétition UFOLEP ALVP Judo	Gymnase Jacques Anquetil
29/30 janvier	Formation PSC1	OMS
29/30 janvier	Compétition toutes catégories Taekwondo Club	Annonay
2 février / 2 mars	18h Conseil d'administration	OMS
27 février	Grand Prix d'ouverture de Vénissieux de l'Amicale Cycliste Moulin à Vent	Rue E. Hénaff Vénissieux
6 mars	21 ^{ème} Prix cycliste de Chassieu avec ECMVV et ACMV	Av. Frères Mongolfier à Chassieu
26 mars	24 ^{ème} Randonnée du Moulin à Vent de l'Amicale Cycliste Moulin à Vent	Rue P. Brossolette Vénissieux
30 mars	18h Assemblée Générale de l'OMS	OMS
16/17 avril	Tournoi Badminton Vénissieux Sud Est	Gymnase Jacques Brel
16/17 avril	Compétition régionale des équipes de division critérium CMOV GR	Gymnase Jacques Anquetil

Édito

Pour un autre OMS, mais cette fois l'Organisation Mondiale de la Santé, la santé est "*Un état de bien-être physique, mental et social*" et la pratique sportive, en agissant sur ces trois composantes, doit contribuer à son amélioration. Par contre, « *La mort causée par le sport, directement ou indirectement, est un échec* », le Docteur. Alain Calmat, Membre de l'Académie des Sports, a transformé ce constat en enjeu au sein du CNSOF : « *Le devoir du mouvement sportif est de rechercher tous les moyens pour lutter efficacement contre ce terrible fléau* ».

Nous, Office Municipal du Sport de Vénissieux, adhérons à ce principe et ce, depuis 27 ans que fut créé notre Centre Médico-Sportif. Aussi, à la veille du départ de Jacques Girardier, Médecin fondateur du CMS de Vénissieux et figure de la médecine sportive et, relayant la volonté d'Andrée Loscos de renforcer la prévention suite aux décès du jeune d'El Djilali Semmadi de l'USV Foot, nous avons repensé, en profondeur, l'organisation et le fonctionnement de notre médecine sportive. L'objectif est d'offrir aux clubs de l'OMS, et à leurs licenciés, un CMS composé de plusieurs médecins du sport, sportifs de haut niveau eux-mêmes, un équipement moderne et une palette de prestations plus large.

Merci à Jacques de ces bons soins, au Docteur Louis Dumont d'assurer la transition et bienvenue à la nouvelle équipe du CMS LG.

Joyeuses Fêtes à tous.

Patrick PRADE
PRÉSIDENT DE L'OMS

Prochain VLS n°51
Parution Avril 2011

Office Municipal du Sport de Vénissieux

22, rue Rosenberg 69200 Vénissieux

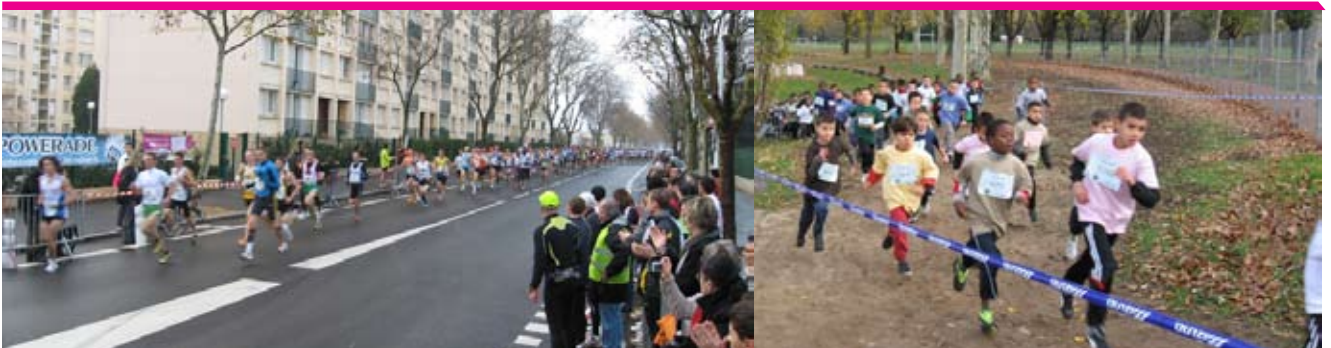
T. 04 72 50 00 12 • F. 04 72 50 40 00

omsinfo@orange.fr • www.omsvenissieux.asso.fr

Horaires d'ouverture: 8h30 - 12h / 14h - 18h30 (vendredi 18h)

La 31^{ème} Foulée Vénissiane

Moins nombreux mais plus rapides, les participants de la Foulée Vénissiane 2010 ont, tout de même, battu des records : records de participation pour les scolaires et le 21km, records de vitesse pour le 10km et record de motivation pour les courses des Générations



La 31^{ème} Foulée Vénissiane s'est déroulée sous de bons auspices. Le temps était en effet de la partie puisqu'on s'attendait à pire ! Les coureurs étaient nombreux sur la ligne de départ (même si on en aurait aimé un peu plus...) et les bénévoles sont venus en masse.

Cette édition a battu tous les records, tant au niveau des effectifs sur certaines courses et également en terme de performances :

- Homme et Femme ont battu le records du 10km avec des performances de niveau international : 29'34'71 pour Willy NDUWIMANA et 33'31'21 pour Francine NIYONIZIGIYE
- La présence d'athlètes de renom : le Russe Viatcheslav CHABOUNINE, le Marocain Alaa HRIOUED...
- 30% d'augmentation du nombre de participants sur le 21km
- 80 coureurs sur le 1km Génération : du jamais vu !
- 940 enfants des établissements scolaires de la commune, un record pulvérisé...

Des parcours performants

Le parcours du 10km était déjà connu et labélisé par la Fédération Française d'Athlétisme, mais le 21km, pour sa 1^{ère} labellisation a été modifié pour le faire encore plus roulant (la montée devant l'hippodrome a été supprimée). La Foulée Vénissiane est classée par la Ligue Rhône Alpes d'Athlétisme au 1^{er} rang des courses à pied hors stade de la région. Mais labelliser une course hors stade, comme on les appelle, qu'est-ce que cela signifie ?

Ces courses suivent un cahier des charges précis et deviennent ainsi classantes et qualificatives pour les championnats de France sur la même discipline, c'est à dire qu'elles permettent l'obtention de points FFA en fonction des performances réalisées par les athlètes.

Pour être labellisé, il faut

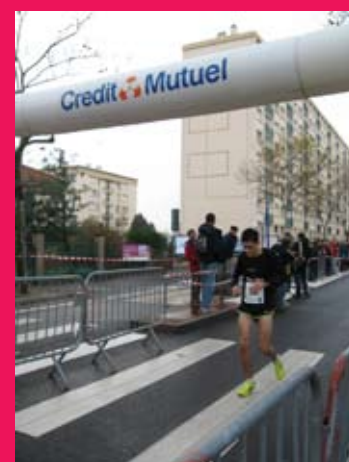
- une antériorité d'au moins 1 an
- verser un droit d'inscription
- l'accord de la CRCHS,
- prévoir l'organisation d'un contrôle antidopage,
- faire mesurer le parcours par un officiel de courses Hors Stade,

- envoyer les résultats complets sous 48h
- utiliser le label sur toutes communications
- accueillir un officiel hors stade désigné par la CRCHS.

C'est pourquoi, des athlètes de haut niveau viennent à Vénissieux ainsi que de nombreux licenciés.

LES BÉNÉVOLES

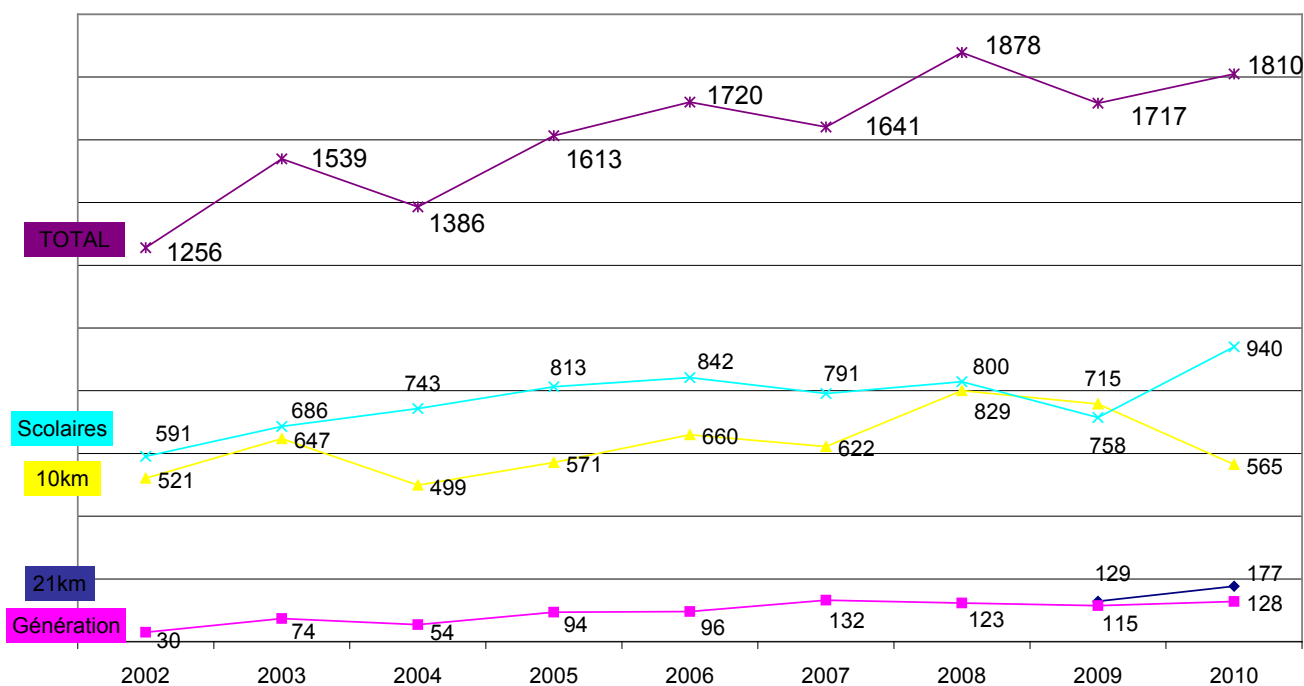
Cette année, les bénévoles de toutes horizons sont venus nombreux. 81 personnes des clubs de Vénissieux ont répondu présent pour venir donner un coup de main aux 13 bénévoles de la commission Animation, sans compter les 22 bénévoles mobilisés par le club d'athlétisme AFA Feyzin Vénissieux. Soit un total de 116 bénévoles indispensables à l'organisation de la manifestation.



Les Chiffres

L'ÉVOLUTION GÉNÉRALE TOUJOURS EN HAUSSE

Depuis 8 ans, l'évolution des effectifs toutes courses confondues est en constante augmentation. Même si le 10km a connu une baisse significative cette année, le 21km a trouvé un public, preuve qu'il y avait une demande de la part des coureurs et surtout, les scolaires n'ont jamais été aussi nombreux.



LES STATISTIQUES

Sur le 10km :

- 76% sont des hommes
- 60% sont des licenciés
- 44% sont des seniors et 30% des vétérans 1

Sur le 21km :

- 90% sont des hommes
- 55% sont des licenciés
- 50% sont des participants ayant déjà couru la Foulée Vénissiane
- 43% sont des seniors; 30% des vétérans 1 et 21% des Vétérans 2

Toutes courses confondues : 66% viennent du Rhône (dont 12% de Vénissiens); 11% de l'Isère, 8% de la Loire, 7% de l'Ain; 2% de la Saône et Loire, 2% de Savoie et Haute Savoie et 3% des autres régions

Les Scolaires



940 ENFANTS DE 17 ÉCOLES

Ils étaient 1407 inscrits, ils sont venus à 940 ! C'est une première dans la Foulée des Scolaires. Jamais, nous n'avions vu autant d'enfants accompagnés de leurs parents et enseignants ; la tribune du stade d'athlétisme du Parc de Parilly est devenue un peu juste...

17 écoles participantes sur 22, c'est une très bonne moyenne. Les enseignants se mobilisent pour participer à

ce grand rassemblement et cela donne un très beau moment d'échange et de convivialité.

Chacun des participants a reçu un cadeau de la part des Mutuelles Santé Plus, et le ravitaillement était offert par le Crédit Mutuel de Vénissieux. Merci à ces partenaires qui se mobilisent, aussi, pour les enfants.



EVOLUTION GÉNÉRALE EN HAUSSE



■ NB d'enfants arrivés ■ NB d'enfants inscrits ■ Taux de participation ■ Nb écoles participantes



LE RAVITAILLEMENT

Les bénévoles, femmes essentiellement, se bousculent, chaque année, pour tenir le ravitaillement des scolaires.

60 litres de jus de fruits, autant de chocolat chaud (à préparer), 70kg de clémentines et 1500 brioches à distribuer dans des sacs individuels avec les cadeaux et les prospectus : il en faut des petites mains pour préparer tout ça. Et elles sont toujours là, nos dames, pour accomplir leur tâche de façon magistrale.

Merci à toute l'équipe emmenée par Michèle GIROLLET, Geneviève FRAYSSE et Alexina MECHEZ de la Commission Animation.

RÉSULTATS PAR ÉQUIPES

Si les 3 premiers de chaque course sont récompensés le jour même, un challenge par équipe est ensuite calculé pour départager l'école la mieux représentée. Cette année, c'est l'école Charles Perrault qui arrive en tête devant le Moulin à Vent et Anatole France A. La cérémonie des prix a eu lieu en décembre à l'OMS autour du verre de l'amitié avec enseignants et parents.



Les Générations



LES PLUS COURAGEUX

Âgés de 6 à 11 ans, ces participants sont sans doute les plus courageux, mais aussi les plus motivés. Se lever un dimanche matin, avec un temps mitigé, ces enfants courent avec un adulte, souvent les papas qui ont réalisé, au préalable le 10km. Et cette année, 128 personnes (79 sur le 1km et 49 sur le

2km) ont participé à ces courses Générations. Nous avons pu apprécier la participation de membres de l'ALVP Judo, de l'ASM et de nombreux habitués telles que les familles Baudin, Farges ou Hoüel.



LE RAVITAILLEMENT MOBILE

Nous ne les voyons presque pas pendant la matinée, mais ils sont d'une importance capitale pour le moral des nombreux signaleurs placés sur les parcours. L'équipe de Daniel ROY et de Josephine CORTINAS de la Commission Animation sillonne les routes pour apporter des boissons chaudes à tous ces bénévoles qui régulent la circulation au passage des coureurs.

LE SERVICE D'ORDRE EFFICACE

Dirigé de main de maître par Bernard MASSON (président de la Commission Animation), Gilles GAILLARD et Bernard MALFONDET, ce service d'ordre est plus que nécessaire, davantage pour réguler le flux des coureurs sous la tente du ravitaillement et diriger les athlètes que faire régner l'ordre.



LE VIN CHAUD DE JEANNOT

Le ravitaillement, tant du samedi que du dimanche, ne serait pas ce qu'il est sans le vin chaud de Jeannot, de la commission animation de l'OMS.

Préparé les matins même, au départ, c'était juste pour que les bénévoles et les signaleurs se réchauffent... Aujourd'hui, c'est une véritable tradition et même les coureurs du dimanche en réclament !

Au total, en 2010, Jeannot (qui va tout de même sur ses 75 printemps...) a préparé avec soin 40 L de vin chaud. Merci Jeannot !



MERCI À TOUS NOS PARTENAIRES

RHÔNE
LE DÉPARTEMENT



Quel avenir pour la Médecine Sportive de Vénissieux

La volonté de garder une médecine du sport de qualité à Vénissieux fait l'unanimité. Mais succéder à Jacques GIRARDIER, Médecin du CMS de Vénissieux n'est pas une mince affaire. Patrick PRADE, président de l'OMS, nous explique le travail réalisé pour l'avenir

VLS : Jacques GIRARDIER part à la retraite à la fin de l'année, que va devenir le CMS de Vénissieux ?

Patrick PRADE : "Jacques a passé 27 ans au CMS et il a pleinement contribué à ce qu'est la médecine du sport à Vénissieux. Le remplacer n'est pas facile car il y a mi toute sa passion et son empreinte est immense. Je le remercie pour tout ce qu'il a fait. La volonté de tous est de garder une médecine du sport de qualité pour tous nos sportifs de Vénissieux, dans un environnement économique contraint. Nous avons travaillé dans ce sens sans relâche. La tâche n'a pas été simple. Nous gardons, bien sûr, notre CMS avec Patricia LELLOUCHE, la secrétaire médicale et Louis DUMONT, médecin à temps partiel"

VLS : Quelles pistes ont été explorées ?

PP : "Plusieurs pistes ont été travaillées. D'abord, recruter un nouveau médecin : nous avons eu des propositions mais aucun profil ne correspondait. Nous avons également rencontré le directeur de la Clinique des Portes des Sud mais le Centre héberge simplement des médecins libéraux. L'intercommunalité : nous sommes vraisemblablement les plus avancées en termes de médecine du sport. Gilbert Luc Devinaz, adjoint au sport à Villeurbanne, a un projet intéressant mais qui est encore trop embryonnaire pour être opérationnel rapidement. Enfin le rapprochement avec le Centre de Médecine du Sport de Lyon Gerland a été le plus constructif. Nous

avons étudié de nombreuses possibilités et nous en sommes arrivés à un principe de double localisation (sur Vénissieux et Gerland)."

VLS : Quels sont les atouts du CMSLG ?

PP : " Le CMSLG propose un large panel médical : les médecins y sont nombreux et les spécialités de chacun assez diversifiées. Il y a bien évidemment les visites de non contre indication à la pratique du sport (VNCI), à l'arbitrage mais également les consultations en médecine et traumatologie du sport, l'ostéopathie, la mésothérapie, les tests de prévention et d'évaluation des performances, le suivi de sportifs de haut niveau. Nous pouvons également noter la présence d'un médecin femme pour les sportives, ce n'est pas négligeable."

VLS : Concrètement, comment ça va se passer pour les sportifs ?

PP : "Les rendez-vous se prendront toujours auprès du secrétariat médical du CMS de Vénissieux au 04.72.50.17.75. Le sportif pourra être reçu soit au CMS de Vénissieux sur le Stade Laurent Gerin soit au CMS de Lyon Gerland. Les visites traditionnelles seront toujours gratuites pour les membres d'associations sportives adhérentes à l'OMS. Le CMSLG facturera ses prestations à l'OMS par la suite. Pour ce qui est de la traumatologie du sport, de la kinésithérapie, l'ostéopathie ou encore des examens plus approfondis : ce seront des prestations extérieures (comme elles pou-



vaient se faire avec Jacques à l'Hôpital E. Herriot) mais là, les sportifs auront la possibilité de rencontrer les professionnels de santé du CMS LG. Comme avant, ce genre de visites ne sera pas pris en charge par l'OMS.

VLS : Et pour les sections sportives à horaires aménagés ?

PP : "Ce sera un médecin du CMS LG qui aura en charge les sections sportives. Nous resterons dans la même configuration, à savoir une visite semestrielle pour les 150 jeunes des sections Natation, Handball, Basketball, Football et Taekwondo rencontrés soit dans l'infirmerie de l'établissement scolaire, soit au CMS de Vénissieux ou celui de Gerland."

VLS : Qu'est – ce que l'on peut souhaiter pour cette année 2011 ?

PP : "Tout d'abord, un bon vent à notre ami Jacques Girardier qui va pouvoir profiter d'une retraite bien méritée ! Ensuite, il ne reste qu'à souhaiter que les sportifs Vénissiens adhèrent à la nouvelle méthode de fonctionnement en termes de médecine du sport. Je ne suis pas trop inquiet de ce côté-là car, depuis plus de 20 ans, ils nous ont bien montré qu'ils avaient conscience de l'importance d'un CMS sur la ville."



Vénissieux ?



PRÉSENTATION DU CENTRE DE MÉDECINE DU SPORT DE LYON - GERLAND

Le Centre de Médecine du Sport de Lyon Gerland est situé au 23 de l'avenue Felix Brun à Lyon dans le 7^{ème}. Le centre est ouvert tous les jours de la semaine de 8h à 19h.

Six médecins et un ostéopathe assurent le fonctionnement et les visites tout au long de l'année. Les patients sont répartis dans les 5 bureaux de consultations médicales, les salles de travail et de rééducation et à l'étage, se trouve le centre de physiothérapie avec notamment les appareils pour le test à l'effort et celui de montagne et d'altitude. Les sportifs de Vénissieux passeront toujours par le secrétariat du CMS de Vénissieux pour prendre rendez-vous, soit sur Gerland, soit à Vénissieux, puisque des médecins de Gerland seront dépêchés sur place quelques journées par semaine



Une salle de soin

Tout est donc en place pour accueillir les sportifs de Vénissieux... Mais quels sont les atouts du CMSLG ? Arthur MOLIQUE, un des médecins nous renseigne : *"la philosophe du centre est d'accueillir tout le monde, tous pratiquants et surtout d'offrir une large gamme de soins. Nous travaillons également en collaboration avec une diététicienne, un sophrologue, un préparateur physique, Mickaël REYNAUD, qui peut établir un protocole d'entraînement individuel en fonction des données techniques que l'on aura par le test à l'effort par exemple. A côté du CMS, il y a le centre de kinésithérapie avec lequel nous travaillons en étroite collaboration."*



La salle du test à l'effort

Les missions sont nombreuses : la traumatologie et l'urgence ; le suivi et la prévention ; le pôle de haut niveau ; la performance, la sécurité et la personnalisation de l'entraînement. *"Nous accordons une importance à la prévention de façon globale et à la prise en charge de A à Z d'un patient. Notre objectif n'est pas de revoir régulièrement un sportif pour le même problème. L'avantage aussi au CMS LG, c'est le suivi de chacun informatiquement. Chaque médecin peut consulter la fiche d'un patient partagée sur ordinateur et effectuer le suivi même si ce n'est pas lui qui l'a traité au départ. Le plus, en effet, est qu'il y a plusieurs médecins, plusieurs gammes de soins et un patient peut être pris en charge très rapidement dans la journée ou au pire dans les 48h"* poursuit le docteur Arthur MOLIQUE.

Le CMS LG travaille également avec le même réseau de professionnels extérieurs, comme la clinique des Portes du Sud pour la radiologie par exemple.



La salle de rééducation

A partir du 3 janvier, les docteurs Sophie JOUNE, Joffrey COHN, Jean Marcel FERRET, Arthur MOLIQUE, Frédéric MOYERE, Anthony VALOUR et l'ostéopathe Jorge PASTEHE vous attendent pour mieux vous bichonner... Ils seront présents au conseil d'administration de l'OMS le 5 janvier prochain à 18h à l'OMS où tous les clubs sont conviés.

La médecine du sport et la Municipalité



ANDRÉE LOSCOS

Ajointe au Sport et à la Jeunesse de Vénissieux, Andrée LOSCOS tient tout d'abord à remercier Jacques GIRARDIER *"pour ses connaissances et son suivi ainsi que sa présence sur le terrain, toutes disciplines et toutes générations confondues"*.

Pour la Municipalité, il est impératif de garder une médecine du sport de qualité à Vénissieux. *"Prendre soin de sa santé est une hygiène de vie. Cela permet de mieux se connaître, de se rendre compte de ses possibilités pour mieux adapter son entraînement. J'aimerais que les sportifs et les clubs profitent de ce tournant pour mieux se soigner, prévenir et apprendre"* poursuit Andrée LOSCOS.

Le CMS Lyon Gerland propose une large gamme de soins : *"la réorganisation du CMS doit permettre de se repositionner dans une démarche de soins et de suivi, cela doit devenir une habitude quand on pratique un sport. Nous devons réapprendre à prendre soin de nous. Le CMS LG est complet, il permet d'être pris en charge de façon globale et c'est une chance pour tous. Le centre est formidablement bien équipé, profitons-en ! Il doit répondre à un objectif de prévention. Tout cela doit motiver chacun pour changer les mentalités et pas seulement pour le haut niveau. Se soigner peut coûter cher et souvent nous faisons l'impasse. Avec cette formule, il n'y aura plus aucune raison de ne pas se soigner"* précise d'adjointe.

Garder une présence sur le stade Laurent Gerin est aussi une volonté de la Municipalité : *"il faut être sur le terrain, c'est important. C'était dans le cahier des charges, cette proximité auprès des sportifs vénissiens. Gerland apportera un plus mais il fallait garder une médecine du sport à Vénissieux. Financièrement, cela reste dans nos possibilités. La Municipalité a la chance d'offrir une médecine du sport de qualité à Vénissieux pour chacun"* termine Andrée LOSCOS.

La prévention passe aussi par l'apprentissage des gestes

HISTOIRE VRAIE VISITE MEDICALE DE ROUTINE

Lundi 13/09/2010 : Je vais à ma visite médicale annuelle au Centre Médico-Sportif de l'OMS, avant de reprendre la saison sportive. Questionnaire classique suivi de l'électrocardiogramme.

- "Monsieur X, j'ai 2 choses à vous dire : la machine a détecté une anomalie et m'indique que vous avez un stimulateur cardiaque, et vous avez fait un infarctus du myocarde à une date indéterminée !"

...Silence de 10 secondes. Je réponds "pour le stimulateur, c'est vraiment à l'insu de mon plein gré et l'infarctus, ce n'est pas possible : je n'ai aucun facteur de risque et je fais du sport très régulièrement depuis toujours".

Je ris plutôt jaune, malgré tout. On recommence l'examen 2 fois : le stimulateur a disparu mais pas l'infarctus. Le médecin prend rendez-vous en urgence en cardiologie aux Portes du Sud. Le diagnostic est confirmé : le cardiologue me dit que j'ai eu beaucoup de chance que le problème ait été décelé, car beaucoup seraient passés à côté. Après, c'est la suite médicale classique que je vous épargnerai.

Jeudi 21/10/2010 : je sors de la clinique où j'ai été traité (pose d'un stent (ressort)). Maintenant, j'espère reprendre mon sport préféré avant l'été 2011, après avis médical, bien sûr.

Mon avis sur cette histoire : nous avons une immense chance d'avoir un Centre de Médecine du Sport à Vénissieux et j'espère que tout sera fait pour le conserver à Vénissieux. Enfin, un merci infini aux médecins du CMS, et tout particulièrement à celui qui m'a examiné: il m'a probablement sauvé la vie.

Monsieur X, 57 ans

qui sauvent, *"nous devons travailler en amont sur la formation et la prévention des secours. L'achat de défibrillateurs est nécessaire mais cette machine arrive en dernier recours. Il faut savoir s'en servir et ne pas la laisser dans un placard. Le défibrillateur ne fait pas tout mais il est important. Nous allons, à l'avenir, travailler là dessus au sein de la Municipalité avec les aspects éducatifs et préventifs"*.

La prévention avant tout



L'OMS SOUTIENT L'ASSOCIATION 14

« Les décès successifs de Maxime CANDAU, puis plus récemment de Mathieu MONCOURT ont provoqué un émoi général parmi le sport Français ; ils constituent les facteurs déclenchant d'une véritable levée de boucliers sur le plan national, souhaitant enfin trouver des solutions rapides et efficaces afin de mieux combattre le phénomène de « mort

subite » chez le sportif qui semble s'amplifier de manière inquiétante.

Parents, médecins, entraîneurs, clubs, présidents de fédérations et de clubs, professeurs d'EPS, éducateurs sportifs, et les sportifs eux même, jeunes et moins jeunes, se retrouvent aujourd'hui réunis au sein d'un important collectif national, toutes disciplines sportives confondues, avec des interrogations communes et la même volonté de trouver les solutions efficaces pour lutter contre ce fléau.

« 14 » est le support associatif qui représente ce collectif national. Dès septembre 2009, il mènera d'importantes actions d'information sur les connaissances déjà acquises sur le sujet. Ces actions seront largement aidées par les pouvoirs publics, les Médias et l'ensemble du mouvement sportif Français ».

Pascal CANDAU.

L'OMS soutient entièrement cette association et le Président Pascal CANDAU sera présent à l'OMS de Vénissieux le 8 janvier 2011 (à 10h) lors de la remise officielle du 1^{er} défibrillateur de l'AG2R à l'OMS où vous êtes tous conviés.

Pour plus d'informations : www.numero-14.org

LES 10 RÈGLES D'OR

- 1 Je signale à mon médecin toute douleur dans la poitrine ou essoufflement anormal survenant à l'effort.
- 2 Je signale à mon médecin toute palpitation cardiaque survenant à l'effort ou juste après l'effort.
- 3 Je signale à mon médecin tout malaise survenant à l'effort ou juste après l'effort.
- 4 Je respecte toujours un échauffement et une récupération de 10 min lors de mes activités sportives.
- 5 Je bois 3 à 4 gorgées d'eau toutes les 30 min d'exercice à l'entraînement comme en compétition.

- 6 J'évite les activités intenses par des températures extérieures inférieure à - 5° ou supérieure à +30° et lors des pics de pollution.
- 7 Je ne fume jamais une heure avant ni 2h après une pratique sportive.
- 8 Je ne consomme jamais de substance dopante et j'évite l'automédication en général.
- 9 Je ne fais pas de sport intense si j'ai de la fièvre, ni dans les 8 jours qui suivent un épisode grippal (fièvre + courbatures).
- 10 Je pratique un bilan médical avant de reprendre une activité sportive intense si j'ai + 35 ans pour les hommes et 45 ans pour les femmes.



JEAN-PIERRE CHAIX,
Président de l'USV
Football

"La mort subite du sportif, nous l'avions vécue en direct en juin 2009, lors du décès du capitaine de l'équipe de France espoir, Maxime Candau en plein match de handball au gymnase J. Anquetil. Dimanche 24 octobre, la passion du sport a fauché un jeune vénissien lors de la rencontre de PHR entre l'équipe d'Andrézieux et l'US Vénissieux football. A la 20^{ème} minute de la 2^{ème} mi-temps, le milieu de terrain El Djilali Semmadi, est tombé, victime d'un malaise. Malgré les secours prodigués, El Djilali est décédé." Carlos Soto, Journal Le Progrès.

Ces quelques lignes sont terribles à lire. Au sein du club de football de Vénissieux, le drame a été traumatisant. Jean-Pierre CHAIX, président de l'USV Football nous livre son témoignage : "Tout a été tenté pour réanimer Djilali. Il y avait un défibrillateur et une équipe de pompiers arrivée très rapidement mais ils n'ont rien pu faire. Le défibrillateur ne peut pas sauver tout le monde, c'est vrai, mais ce jour là, on en a quand même sauvé 15 autres. Car outre l'aspect matériel, il y a le psychologique. Aujourd'hui, il n'y a pas de sentiment de culpabilité au club car il y avait le matériel nécessaire pour sauver une vie. Sans cet équipement, les choses auraient été beaucoup plus compliquées. Le reste de l'équipe doit vivre avec cette disparition mais ils n'auront pas le poids de se dire " qu'est-ce que je n'ai pas fait". Et je ne comprends pas pourquoi, aujourd'hui, à Vénissieux, la Ville n'équipe pas les infrastructures sportives ! Une vie ne vaut pas 2000 euros ! On a les moyens matériels de sauver des vies, de faire mieux et on se contente du moins bien. Certes, il y a une prise de conscience mais les associations ne peuvent pas se payer de tels équipements. La Ville devrait faire le choix politique de sauver ses jeunes et non de renflouer financièrement des clubs qui vivent peut être au dessus de leurs moyens du fait de leur niveau... En 18 mois, c'est le 2^{ème} cas et on est toujours dans la réaction, non dans l'action : on fait de l'attentisme ! Je ne comprends pas... Sous prétexte que la loi n'oblige pas les collectivités à se doter de défibrillateurs, on ne le fait pas, alors que c'est avant tout sécurisant ; ça induit tout de même une responsabilité directe de la part de tous."

Le défibrillateur

Le 1^{er} défibrillateur sera officiellement remis à l'OMS le 8 janvier prochain



A son arrivée à la Présidence de l'OMS en décembre 2009, Patrick PRADE a fait de l'acquisition d'un défibrillateur à l'OMS son cheval de bataille.

Son souhait : le mettre à disposition des associations sportives vénissiennes qui organiseraient des grandes manifestations.

Les finances de l'OMS ne permettant pas l'achat d'un défibrillateur, différentes fondations ont été démarchées pour nous aider sur ce projet. Concernée par notre

action, c'est la fondation de la société AG2R la Mondiale qui nous a permis d'acquérir ce matériel et nous l'en remercions.

La Commission Ethique de l'OMS est chargée de réfléchir à la mise en place d'une charte d'utilisation de ce matériel.

Conscient que ce n'est pas suffisant d'avoir un seul défibrillateur pour les 60 associations sportives de la Ville et les plus de 8 000 licenciées, le Président souhaiterait obtenir d'autres aides pour acheter un second défibrillateur et ainsi permettre à plusieurs associations sportives d'en bénéficier à la même date. Il serait également un soutien de taille si la Municipalité se lançait dans l'équipement de toutes les installations sportives en défibrillateur.

AG2R La Mondiale partenaire de l'OMS



La société AG2R La Mondiale, par le biais de sa fondation, a accordé à l'OMS une aide exceptionnelle de 2 000 euros pour l'achat d'un défibrillateur. En novembre dernier, la remise officielle dans les locaux de l'AG2R a été organisée.



Venez nombreux le samedi 8 janvier à 10h pour la remise officielle dans les locaux de l'OMS. Un lunch sera offert à 12h par l'OMS. (Merci de confirmer votre présence au 04 72 50 00 12)

PROGRAMME DU 8 JANVIER 2011

- 10h Accueil des participants
Intervention du Président de l'OMS
Intervention du représentant de la Municipalité
- 10h30 Intervention de Jacques GIRARDIER
Médecin du Centre de Médecine du Sport de Vénissieux
- 10h45 Intervention de Pascal CANDAU, Président de l'Association 14
- 11h15 Diffusion du DVD sur l'utilisation du défibrillateur
(DVD réalisé par Medtronic, fabricant)
- 11h30 Remise officielle du défibrillateur par le Président d'AG2R au Président de l'OMS
- 12h Pot de l'amitié (lunch) offert par l'OMS

Centre de
Médecine du
SPORT
VÉNISSIEUX

Les formations PSC1



LES FORMATIONS PSC1

Catherine Verbrugge a été formée pour assurer des formations PSC1 (Prévention et Secours Civiques de niveau 1) au sein de l'éducation nationale. C'est dans ce cadre, qu'en octobre dernier, l'OMS l'a aidée à organiser une formation auprès des jeunes collégiens de Balzac dans les locaux de l'OMS. Elle propose ces formations en dehors de son temps de travail et, du coup, ne peut en assurer autant qu'elle le voudrait.

Pendant 10h de cours, les 10 jeunes ont appris les gestes des 1^{ers} secours. Ils ont découvert :

- comment donner l'alerte,
- les bons gestes à tenir en cas d'étouffement, de saignement, de brûlures.

Ils ont été sensibilisés

- aux malaises,
- aux traumatismes,
- aux plaies graves,
- à l'inconscient

et en dernier point, le massage cardiaque et l'utilisation du défibrillateur. Des gestes qui peuvent sauver des vies et que tout le monde devrait savoir exécuter .



LES FORMATIONS PSC1 POUR LES CLUBS A L'OMS

En 2010, deux sessions ont été organisées dans les locaux de l'OMS pour former les membres des clubs volontaires. Vu la demande, en 2011, l'opération se poursuivra. La prochaine session de formation aura lieu les 29 et 30 janvier 2011.

Pour vous inscrire :

Emeline 04 72 50 00 12 ou omsinfo@orange.fr

« La mort causée par le sport, directement ou indirectement, est un échec ».

Alain Calmat, Président de la Commission Médicale Sport Santé du CNOSF, l'a transformé en enjeu : «Le devoir du mouvement sportif est de rechercher tous les moyens pour lutter efficacement contre ce terrible fléau».

Jacques GIRARDIER, 27 ans de Médecine du Sport à Vénissieux



Le Centre de Médecine du Sport de Vénissieux a ouvert, sous sa forme actuelle, le 12 septembre 1983, date d'embauche de Jacques GIRARDIER à l'OMS. Le 31 décembre 2010, il partira à la retraite. Entre temps, bien des choses ont changé. Il nous raconte...

VLS : Tu as passé toute ta carrière professionnelle à Vénissieux, comment es-tu arrivé là ?

Jacques GIRARDIER : "Je n'ai pas choisi ma carrière professionnelle, tout s'est fait par hasard. En 80, je faisais mes études et j'ai raté mon année. Comme j'avais du temps devant moi, j'ai fait "option médecine du sport". Ensuite, je me suis inscrit pour un stage que je voulais en chirurgie et je me suis trompé. J'ai atterri en néonatalogie et j'ai rencontré des personnes qui ont comptées énormément dans ma vie.

Mon sujet de thèse, je ne l'ai pas non plus choisi. Mon professeur avait un sujet sur les fractures ostéochondrales et ne savait pas à qui le donner: je l'ai pris et c'est devenu une des références... Après ma thèse, on m'a proposé une place à l'hôpital et c'est là, un an plus tard, qu'on m'a dit que Vénissieux cherchait un médecin du sport. Je devais contacter Daniel CAMILLI, je l'ai rencontré, j'ai eu le poste, j'ai demandé à réfléchir et il m'a relancé jusqu'à ce que j'accepte. Du coup, dans ma vie, on est toujours venu me chercher, je n'ai rien choisi... Mais j'ai fait le choix de rester à Vénissieux"

VLS : Pourquoi ?

JG : "Parce que j'ai toujours eu une grande liberté d'actions, un travail diversifié, avec des personnes totalement différentes. A Vénissieux, nous

avons été novateur en général en matière de sport et de médecine sportive en particulier. Il n'y avait pas lieu de changer car les relations étaient privilégiées. La notion d'argent n'était pas de mise et je n'ai pas fait de la médecine de cabinet, c'est ce que je voulais. Je pouvais me donner sans limite à mon métier, faire de la prévention, travailler en étroite collaboration avec les entraîneurs, car c'est par eux que tout passe. Il y a la notion de fidélité qui est une valeur importante pour moi, et j'ai découvert une passion : le handball".

VLS : Qu'est-ce que le Handball t'a apporté ?

JG : "Il a complètement changé ma vie et ma façon de penser. J'étais un athlète, coureur de 400m, j'étais



Pierre Micollet et Jacques Girardier

passionné de rallyes automobiles et de cyclotourisme : rien à voir avec le Handball. J'y ai trouvé une famille, des amis, des collègues grâce à qui la médecine sportive à Vénissieux a évolué et est ce qu'elle est aujourd'hui.

En 1984, l'équipe de handball de Vénissieux avait besoin d'un médecin : on est venu me chercher ! Et ça été le coup de foudre. Il y a des exigences de haut niveau, des choix à faire, des risques à prendre, dans cette discipline, qu'il n'y a pas ailleurs. C'est à cette époque que j'ai rencontré Pierre MICOLLET, kinésithérapeute à Vénissieux avec la même philosophie de travail. Il m'a permis d'apprendre le sport, la médecine sportive, la prévention... autrement que par l'aspect médical. Avec lui, j'ai découvert "le fonctionnel" et pas seulement la pathologie ; nous avons eu, pendant plus de 10 ans, une relation médecin - kiné efficace aux services des sportifs de haut niveau. Et nous avons vécu de grands moments, à Zagreb en 93, à Marseille... J'ai également aimé travailler pour la natation, avec Eric Verbrugge au CMOV et pour le basket avec Luc Denuelle à l'ALVP : c'était formidable. Il y avait de la qualité dans le contenu médical et c'était très plaisant à pratiquer"

VLS : Tu as travaillé au CMS mais aussi à l'hôpital Edouard Herriot pendant autant de temps, c'était un plus pour toi ?

JG : "C'était un plus, sans contexte. Ce qui manque peut être à Vénissieux, c'est l'aspect "soins". Et j'ai pallié avec l'hôpital. C'est formidable de pouvoir suivre un patient de A à Z et l'hôpital m'a permis d'approfondir



Les stages de foot organisés de 83 à 86 avec un programme pédagogique approprié aux jeunes

mes connaissances. Il y a souvent un décalage entre l'apprentissage pur et la réalité du terrain. Avec toute l'équipe d'Edouard Herriot, nous avons pu nous diversifier et c'est de là que naît la qualité.

VLS : Qu'est-ce que tu as aimé à Vénissieux, quels sont les faits qui t'ont marqué ?

JG : "J'ai vu une nette évolution dans la rigueur organisationnelle des événements et dans la vie des clubs. Dans le sens inverse aussi, j'ai vu l'involution des comportements autour du sport et c'est dommage. Nous avons créé, par exemple, les stages de football de 83 à 86 au sein de l'USV Football (CF Photo) avec des programmes pédagogiques et des fondamentaux non techniques : apprendre à se changer pour faire du sport, à prendre une douche, à reboucher une pelouse... Ces stages sont ensuite partis à l'OL avec l'entraîneur qui m'accompagnait. Aujourd'hui, on ne voit plus ça.

A Vénissieux, on a tout de suite compris le besoin et la rigueur de la surveillance médicale et j'ai pris plaisir

à développer cet aspect. Il y a aussi la lutte anti-dopage que nous avons pratiqué au quotidien ; l'aspect éducatif de la prévention. C'était naturellement évident pour moi et l'occasion de développer une certaine facette du sport. J'ai travaillé avec des gens formidables, comme Patricia LELLOUCHE, la secrétaire du CMS qui a été une alliée et aussi Louis DUMONT, mon confrère. Il y a beaucoup d'événements dans ma vie professionnelle qui ont influé sur ma vie personnelle et comme j'ai passé 27 ans à Vénissieux, ça marque."

VLS : Tout cela t'a permis de mettre tes connaissances à profit d'autres ? Vas-tu continuer ?

JG : "C'est vrai que ça fait un peu prétentieux mais j'ai laissé mon empreinte un peu partout et notamment à la Fédération Française de Handball. Je suis encore médecin de Ligue, membre de la commission médicale nationale chargé de la formation des cadres, médecin de l'équipe des jeunes féminines de Handball et coordinateur médical de la filière des jeunes handballeuses. Je pense continuer

encore 2 ans, après, on verra..."

VLS : Es-tu nostalgique de quitter tout ça ?

JG : "L'évolution actuelle de la médecine sportive, de la santé vers un objet de consommation ne sont pas dans ma philosophie. Je n'ai plus envie de m'adapter. J'ai fait mon temps ! Je préfère laisser la place aux jeunes, sans regret.

VLS : As-tu un souhait pour la médecine sportive à Vénissieux ?

JG : "Améliorer la formation technique et la rigueur comportementale des entraîneurs, c'est par eux que tout passe. Le sport a besoin d'encadrants formés et payés pour inculquer certaines valeurs du sport à nos jeunes. J'aimerais aussi que toutes les disciplines adhèrent à la médecine du sport, à la prévention. C'est peut être le seul regret que j'ai : que certains clubs de Vénissieux n'aient pas joué le jeu, à n'importe quel niveau, il n'y a pas que le haut niveau dans le sport."

VLS : Que vas-tu faire après ?

JG : "J'ai d'autres passions. Mon épouse, tout d'abord, que je vais rejoindre en Suisse. Il y a les rallyes automobiles que j'ai un peu laissé tomber en 93 car c'était trop prenant. J'étais commissaire sportif et j'ai aussi réorganisé le rallye de Charbonnières tel qu'il existe maintenant. J'étais arrivé à un tel niveau régional qu'il aurait fallu aller plus loin, en national et international. Comme tous engagés, nos passions prennent du temps... Enfin, il y a la photographie que j'aime aussi beaucoup, et le vélo. Je vais reprendre un peu le sport..."

Le Centre Nautique Intercommunal

Ravagé par les flammes, le Centre Nautique de Vénissieux - Lyon - Saint Fons n'est plus qu'un amas de cendres



Le 28 novembre au petit matin, le Centre Nautique Intercommunal a été en partie détruit dans un incendie où la thèse criminelle est privilégiée. Jean Marc Baudin, directeur des services des sports et de la jeunesse nous livre les dernières informations : "dans un premier temps, la préoccupation a été de sécuriser le bâtiment et de faire garder tout le matériel qui pourrait intéresser des indéclicats. La deuxième urgence a concerné les 35 membres du personnel qui vont être mis à disposition dans les services des trois collectivités qui composent le syndicat intercommunal. Pour les personnels contractuels, les collectivités se sont engagées à honorer leurs contrats jusqu'à fin mai. Il y avait 27 associations sportives



dont 3 de Vénissieux qui utilisaient le CNI : on a fait un gros travail de recherche de ligne d'eau dans les communes et clubs extérieurs car le CNI accueillait 1500 usagers par jour. Il y a des priorités, c'est certain, mais nous sommes à l'écoute de toutes les associations. Nous avons reçu un grand soutien de la part de nos voisins et c'est encourageant.

Le gros dossier actuellement qui s'est ouvert est celui des assurances. Nous avons pu bénéficier de l'assistance juridique de Lyon notamment qui est d'un grand secours. Mais nous sommes partis pour 12 à 15 mois de procédure.

A ce jour, on ne peut encore rien dire sur l'avenir. La piste de la reconstruction n'est pas à exclure et dans ce cas nous partirions sur une durée de l'ordre de 3 ans d'attente (1 an d'étude et 2 ans de travaux).

Trois villes sont directement concernées mais nous ne sommes pas encore dans la phase "prévisions à long terme".

Concernant les scolaires, la priorité a



été donnée aux plus jeunes des écoles primaires (CP) qui iront à la piscine Delaune et aux élèves de terminales qui ont pris option natation au baccalauréat."

L'incompréhension et la colère sont les sentiments qui subsistent aujourd'hui. Mme le Maire a lancé un appel le 2 décembre dernier, appel entendu par de nombreuses personnes et notamment le mouvement sportif.

La solidarité prime mais elle ne pensera pas les plaies.