LE FAISABLE

Dans ce domaine, notre approche ne saurait être ponctuelle, car il est souhaitable d'ouvrir le plus largement possible l'environnement du 3ème Age pour lui faciliter la pratique des activités physiques.

Ceci veut dire que nous écarterons délibérement de nos propos des chapitres essentiels mais par trop catégoriels comme ceux qui tendraient à définir par exemple l'environnement matériel nécessaire à la rééducation fonctionnelle spécialisée dont la thérapeutique physique est pourtant la note dominante.

Ceci veut dire aussi que nous considérons ce cadre des activités physiques comme celui d'un service de **prévention** et non pas de dépannage.

Ceci veut dire enfin que nous nous soucions de fournir à des actifs vieillissants l'environnement matériel nécessaire pour éviter les effets de sénescence.

Le terme d'environnement est large. Il prête à bien des interprétations et nous nous y prêtons volontiers.

L'HABITAT et L'URBANISME

Pour autant que l'on considère que les activités physiques sont nécessaires et même indispensables aux 3ème Ages, elles doivent prendre une véritable dimension sociale. On doit pouvoir en disposer aussi facilement que de la télévision ou du journal du matin. Il est donc nécessaire de l'intégrer à la vie des individus ou mieux, comme le disaient récemment de jeunes architectes auxquels nous emprenterons cette citation : à l'espace socio-corporel.

Pour cela, il semble nécessaire et évident qu'il faille aller à la rencontre des gens dans leur lieu de vie habituel ; c'est en effet dans son habitat permanent que nous avons le plus de chance de trouver un homme dans la totalité de sa situation ...
Un habitat dans lequel l'homme trouve la satisfaction de ses exigences premières, un support de vie sociale et avant tout un miroir renvoyant une image de lui qui ne soit ni aliénante, ni source de désordre psychique.

Quand on sait combien le 3ème Age est aliénant, pour conserver à l'individu son indépendance, la première dimension à donner à l'environnement matériel des activités physiques est donc celle de l'habitat, de manière à ce que ces activités physiques ne soient pas un fait «extérieur» mais une notion contemporaine de la vie quotidienne. C'est si vrai que, comme le souligne, J.P. ERNOULT, il suffit d'une pièce aérée, pas trop chauffée, pas trop encombrée» pour «garder la forme». Mais il faut voir mieux et **«placer» l'habitat de manière à ce qu'il réalise naturellement un ensemble incitatif à la pratique des activités physiques.**

Le problème de l'habitat est indissociable d'une conception plus globale, celle de l'urbanisme. Pour en montrer l'aspect critique nous prendrons l'exemple des migrations de population dans les grandes cités.

Les études démographiques montrent qu'il y a dans les agglomérations urbaines un déplacement de la population du centre vers la périphérie. L'analyse de ces migrations tenderait à prouver que ce sont les jeunes qui s'expatrient et que les vieux, attachés à leur quartier, à leur chambre, quelquefois tout simplement à leurs meubles, restent en place. Il faut donc dès maintenant se poser un double problème ; que faut-il faire pour ceux qui restent, ce sont les «3ème ages» d'aujourd'hui ; qu'a-t-on prévu pour ceux qui ont migré, c'est le 3ème âge de demain.

— Pour les premiers, le désengagement relatif du centre des villes permet des adaptations qui ne sont pas sans intérêt. La multiplication des rues piétonnières peut ouvrir un champ de manoeuvre non négligeable aux adeptes du footing et satisfaire les nostalgiques des rues «avec» trottoirs, ruisseaux et sans voiture qui ont fait les délices d'un autre âge. C'est aussi créer une agora favorable aux contacts humains, aux désirs de rencontre des hommes et femmes du 3ème Age. Mais ce n'est pas suffisant.

La pierre ne se déplace pas, elle respire, mais mal, l'espace reste figé dans une dimension qui écrase et qui ne prête pas. Il est donc indispensable de chercher un environnement plus vaste, plus aéré. Des arbres qui invitent à la promenade, des installations qui incitent à l'activité physique. Tout un monde qui respire. Ne pouvant les trouver sur place, il faudra s'y transporter.

Il est donc nécessaire d'assurer aux personnes âgées des **moyens de transport** commodes et peu onéreux qui leur permettent d'accéder facilement à des installations de plein air.

— Pour les secondes, il faut espérer que les architectes penseront comme MM. BRAS, FERRET et PENAUD qui, s'il n'est pas souhaitable d'imposer un espace et donc un mode de vie, il est nécessaire de **multiplier «les possibles»** qui préservent dans l'habitat comme dans la cité, l'ouverture aux activités physiques, quelle qu'en soit la forme.

LES INSTALLATIONS SPORTIVES

Dans le cadre qui nous intéresse, il existe deux types d'installations sportives différentes : d'une part, les salles de sport, d'autre part, les bases de plein air.

Ces équipements sont aussi indispensables les uns que les autres.

— Les uns permettront de regrouper à l'abri des intempéries les adpetes des activités gymniques qui ont beaucoup de succès actuellement (G.V.E.) et de pratiquer des sports simples aux normes adaptées.

Ils favorisent le développement de l'esprit sportif, et la formation d'équipe.
Ils engendrent la communication, la formation de liens amicaux, qui évitent l'isolement.
Ils suscitent une émulation qu'il sera d'ailleurs bon de tempérer.

— Les autres ouvrent le champ du grand air et de la liberté. Des circuits aménagés (C.R.A.P.A.) permettent des activités adaptées aux goûts et aux moyens de chacun. C'est encore la loi des «possibles» et des «faisables».
Cet aménagement qui a fait le succès des actions«Sport pour

Tous» dans les pays et voisins n'a pas encore engendré chez nous un pareil engouement. Notre individualisme y est sans doute pour quelque chose mais il faut le forcer en multipliant les installations.

A cet effet, le Comité National Olympique a lancé une action incitative et le Secrétariat d'Etat à la Jeunesse et aux Sports apporte aux Mairies une aide financière non négligeable par l'intermédiaire du Crédit Foncier.

Ce qui est important dans la conception de l'un comme de l'autre de ces équipements c'est leur **polyvalence.**
Cette polyvalence doit se présenter sous plusieurs aspects. Un récent rapport du Haut Comité de la Jeunesse et des Sports (Décembre 1976) en a confirmé les objectifs.

— polyvalence quant aux usagers, dans le but de réduire les ségrégations quelles qu'elles soient : ségrégations sociales certes mais aussi que la porte soit ouverte aux faibles comme aux forts et que le 3ème Age puisse comme l'Enfant y trouver son plaisir et en même temps la joie de **s'intéresser** à ces enfants.
C'est un feed-back qu'il ne faut pas négliger, car nos «3ème Ages» ont besoin de donner, alors qu'ils n'ont pas grand chose à donner. Leur intérêt est une affection qui a sa pudeur.

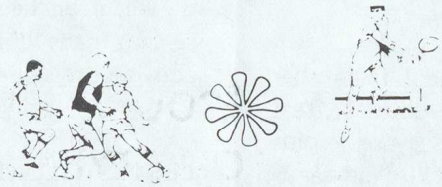
— polyvalence des usages : une salle, avant d'être construite, devrait être conçue en vue de plusieurs affectations, y compris celles qui permettraient de regrouper dans le même lieu les activités physiques et les activités culturelles.
Ces activités peuvent se succèder mais elles peuvent aussi avoir lieu en même temps. Il s'agit alors de la réunion d'équipements sportifs et culturels. Des expériences de ce genre ont déjà été faites, associant par exemple, librairie ou bibliothèque à côté d'une piscine. Celui qui nage bien apprendra à «lire», celui qui est endormi dans la littérature, plongera un jour ... le bout d'un pied dans le bassin. La grand-mère pourra accompagner son petit-fils ou le petit-fils amener sa grand-mère ...

Le mercredi 16 Novembre de l'an de grâce 1977. **Peggy MAURER** est venue au monde avec autant d'aisance que son père met à sortir les ballons. Souhaitons à la jolie Peggy une existence moins ponctuée de plaies et de bosses que celle de notre indéracinable ami Pilou.

* *
*

Un peu plus tard, le 27 Novembre et toujours en terre d'ovalie la naissance de **Marianne** venait agrandir la famille COLBERT à Cambo. En attendant que cette enfant vienne mettre de l'ordre dans le cabinet de son père souhaitons lui des jours sans soucis. Merci à Raoul et à Pierrette de nous avoir donné une marraine de plus pour 1995.

* *
*



cabanon
igloo sports
LE SUPER-MARCHE DES LOISIRS

6, Rue Cursol - BORDEAUX
Téléphone : 92.28.42

Loin de la retraite et bientôt grand-père.

Avec beaucoup de discrétion mais autant de classe notre Président Jacques LATRILLE, a commencé le placement de sa progéniture. En effet, le samedi 1er Octobre 1977, **Frank LATRILLE** à épousé **Brigitte RENAUD** sous une haie de fleurets. Nous souhaitons beaucoup de bonheur aux jeunes époux et à Brigitte en particulier beaucoup de bonne volonté pour supporter son beau-père.

CITRAM TOURISME
14, rue Fondaudège - Bordeaux -
Tel. 44.14.51.
Voyages organisés pour individuels
ou groupes en Autocars de Grand Tourisme
France - Étranger - Tous forfaits touristiques

Entrepots TMEG

Lamothe_Montravel 24230 Vélines Tél 58.62.15

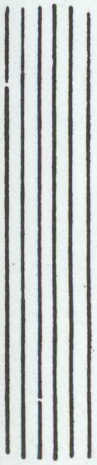
distributeur

UNION de BRASSERIE

Bière 33 EXPORT

Bière LÖWENBRÄU munich

SPÉCIALISTE DANS LA DÉCOUPE, L'USINAGE,
LA TRANSFORMATION DU POLYSTYRÈNE EXPANSÉ,
ET TOUTES MATIÈRES PLASTIQUES, TOUS PROBLÈMES
D'EMBALLAGES, D'ISOLATION THERMIQUE



MATISA sarl

Route de Martignas
33700 - MÉRIGNAC
Tél. 21.42.33 lign. group.

GÉRANT **M. Camille Dos SANTOS**

Imp. A.C.E.M.B., 75 cours de la Somme - 33000 BORDEAUX -