

Suzanne Droin, Mes années retraite sportive (additif)

Le CODIRS – comité départemental de la retraite sportive, puis **CODERS 38** comité départemental de la retraite sportive de l'Isère est créé le 20 novembre 1982.

- dépend de la FFRS
- a son siège à BOURGOIN-JALLIEU
- a pour président Maurice Droin...

Pourquoi en Isère ? Pourquoi à Bourgoin-Jallieu ?

En 1969 : A Grenoble, sous l'impulsion du Dr Hugonot, gérontologue, prise de conscience de l'intérêt de « faire bouger » les retraités.

A Grenoble se crée l'ASTA – association sportive du 3ème âge - avec le concours de Jean-Pierre Ernoul, conseiller technique régional de Jeunesse et Sports.

En 1972 : Création à Bourgoin-Jallieu de l'OBPA – l'office berjallien des personnes âgées, à l'initiative d'Edmond Roy, alors Maire de Bourgoin-Jallieu, dans le but de proposer des activités – clubs et gymnastique. Il propose à Simone Cottalorda et moi, professeur d'éducation physique toutes les deux, d'animer ces cours.

Je prends contact avec Jean-Pierre Ernoul et lui fait part de mes doutes sur les possibilités sportives des retraités de l'époque...

En 1973 : Le 11 janvier, Jean-Pierre Ernoul vient présenter au club un film montrant une leçon de gym avec les retraités de l'ASTA : la gymnastique de maintien en forme. On prend des inscriptions...

Le 1er février : le 1er cours, fait par Jean-Pierre Ernoul, cours qui plaît à tous les présents, de 65 à 75ans, en majorité des femmes.

L'aspect ludique des cours incite au mouvement.

Tout en démarrant l'activité hebdomadaire, 1 cours par Simone et 2 par moi-même, nous allons à Grenoble une fois par mois pour apprendre notre nouveau métier avec l'ASTA.

Les cours ont lieu à l'Orangerie et à la salle banalisée de Champaret.

Nous bricolons du matériel :

- cerceaux avec du tuyau d'arrosage
- tresses élastiques avec des collants - etc...

Nous achetons des pantalons de survêtement pour les dames :

- certaines pratiquaient en robe...
- certains avaient du mal à quitter la cravate...

En 1978 : Année charnière marquée par l'arrivée en masse des pré-retraités de 55ans.

Beaucoup de monde. Un public plus jeune, plus actif. Nécessité de proposer de nouvelles activités. On commence par la natation, avec Jean-Claude Kuhn.

Les séances de natation ont lieu tous les lundis à la piscine Tournesol, dirigées par Jean-Claude, Simone et moi en soutien. Une trentaine de participants, de bons nageurs et plongeurs, mais aussi de nombreuses personnes peu habituées à l'eau, qu'il était important de familiariser avec cet élément. Bien plus tard viendra l'aquagym !

En 1982 : Mise en place d'un Projet-pilote Rhône-Alpes pour soutenir et financer les activités physiques : le CODIRS est créé pour entrer dans le cadre et la dynamique de ce projet.

Je me forme :

- 1982 : Unité de Valeur « Gymnastique du 3ème âge » à la fac de Grenoble : cours, pratique et écriture d'un mémoire – je réussis 1ère au classement !

On se forme :

- 1983 : stage de gym à Voiron avec l'ASTA : des stagiaires canadiens suivent le stage avec nous
- 1984 : stage de ski de fond aux Saisies, pour apprendre à encadrer
- 1986 : stage de ski de fond à La Chapelle des Bois

A cette période commencent les sorties hebdomadaires de ski de fond, puis les randonnées pédestres en moyenne montagne.

La demande en cours de gymnastique s'élargie aux villages entourant Bourgoin, dynamisée par Maurice qui allait faire des projections dans les Clubs de retraités et par la sensibilisation des Maires. Il faut plus d'animateurs et d'animatrices :

La FFRS crée un Brevet d'animateur sportif : le CODERS payait une partie de la formation, le stagiaire le reste.

- Un tronc commun à toutes les activités sportives

- Un 1er module de gym

- Un 2e module de gym

En 1990 : Je deviens conseillère pédagogique.

En fin du 2e module, les stagiaires devaient faire 20 heures de cours, à raison d'une heure par semaine et écrire un mémoire.

J'assurais une présence dans le club qui les accueillait, au côté de l'animatrice titulaire, relisais le mémoire et rédigeais un rapport pédagogique pour chaque stagiaire, sur les directives précises de la FFRS.

1990 Catherine Kermac, 1992 Véronique Taillade et Josette Ballet, 1994 Elisabeth Barbe, 1995 Evelynne Durand et Michèle Lerat, 1996 Myriam Morel et Françoise Rigard, 1997 Jacques Roux, 1998 Yvonne Roux

Beaucoup de déplacements, beaucoup de travail et une période riche de contacts, d'écoute et d'échanges.

Afin de donner une base solide aux stagiaires pour préparer les leçons, nous leur remettions un recueil d'exercices que Simone et moi avions composé, exercices classés suivant le matériel utilisé : ballons, cerceaux, bâtons, balles, foulards, raquettes, cordes....

Le matériel, que je commandais à SPORT 2000, était alloué à chaque animatrice, et payé par le CODERS ainsi que le salaire des animateurs et animatrices.

Avec tout ce monde, une vingtaine de cours à Bourgoin, Maubec, Domarin, Villefontaine, Four, St Agnin sur Bion, St Alban de Roche, St André le Gaz, Virieu sur Bourbre, Vézeronce, Crémieu, Morestel, Brangues, le Grand Lens, Chatonnay, St Geoir en Valdaine !

Pour fédérer l'équipe, un repas annuel avec les membres du bureau, Maurice, Michel Gignoux, Charles Bonhomme, Liliane Coignac et toutes les animatrices, et un regroupement annuel des animatrices autour d'un repas partagé et d'un thème de travail avec un professionnel :

- Mémoire et motricité

- Gym mémoire

- Le pied

- L'équilibre

- Une gymnastique douce holistique, méthode de gymnastique globale dans le mouvement

- Yoga

- Stretching

A l'assemblée générale de fin 2005, le président Charly Cateland annonce une décision de la FFRS interdisant au CODERS 38 de salarier les animatrices de gym à partir du 1er janvier 2006.

Stupeur et incompréhension de la part du bureau du CODERS.

Les clubs doivent maintenant salarier leurs animateurs(trices)

Dans les clubs importants, qui ont d'autres salariés, le trésorier a l'habitude d'établir les fiches de paies, suivant la réglementation du travail.

Mais dans les petits clubs qui n'ont qu'une animatrice de gym à salarier, c'est plus compliqué.

Finalement, les clubs s'adressent à différentes associations : SPORT 38, La gymnastique volontaire, La Fraternelle... Cela a été une rupture entre le CODERS et la FFRS. Depuis aucune animatrice n'a suivi la formation gym de la FFRS.

Maurice et moi-même n'avons jamais su ce qui s'était passé entre le président M. Cateland et la FFRS. J'ai terminé ma carrière au Club des Hortensias, en donnant mon dernier cours en 2009, confiant mes élèves à Marie-Thé, et devenant son élève à mon tour...

Maubec, le 2 Février 2015, modifié le 22 Février 2015

A l'attention de Marie-Claire Vial