

Avril 2019



LE COUP DE POUCE

Ob'in Tours joue la carte du sport-santé



Promouvoir une activité physique régulière, lutter contre la sédentarité, permettre aux personnes en obésité un "mieux être" au quotidien... Depuis septembre 2015, date de sa création, l'association Ob'in Tours, installée en Indre-et-Loire (région Centre) développe une approche du sport-santé auprès de sa trentaine d'adhérents. Un engagement qui, l'automne dernier, a retenu l'attention de la bourse Obésinov.

Créée par deux anciennes opérées en manque de suivi et de soutien pendant leur parcours de soins, Ob'in Tours a d'abord démarré son activité par des réunions mensuelles animées par du personnel médical et para-médical.

Dans un deuxième temps, elle a organisé des rendez-vous trimestriels en direction des personnes en parcours de soins bariatrique. « *Mais il nous fallait plus de concret*, explique Emilie Chevallier, la présidente d'Ob'in Tours. *En janvier 2018, nous avons lancé sur nos fonds propres des séances de sport-santé d'une heure par semaine* ».

Fort du gain de la bourse Obésinov, Ob'in Tours passe désormais la vitesse supérieure. Les rendez-vous sport-santé offrent deux heures d'activité hebdomadaires, un groupe de parole pour adhérents et non-adhérents vient d'être créé et un atelier zumba démarre en mai. « *Notre objectif est double*, poursuit Emilie. *Toucher à la fois plus de personnes par le biais d'une offre de créneaux plus larges et plus diversifiés, et pérenniser budgétairement notre action sur deux ans afin d'avoir le recul nécessaire pour évaluer notre projet* ».

Mieux : Ob'in Tours, qui prévoit de participer aux forums associatifs pour faire connaître son action, envisage de passer à trois heures d'activités physiques en septembre prochain, dont une heure consacrée à la sophrologie. « *Nous souhaitons également développer la danse thérapie et, une fois par mois, organiser un cours de cuisine* », s'enthousiasme Emilie Chevallier qui nourrit l'espoir de bénéficier, très bientôt, d'un local dédié accordé par la municipalité. Vous avez dit Tours de force ? Chapeau !