Dans le cadre de sa venue à la Réunion,

le Docteur Christian BENEZIS,
Médecin du Sport - Président de la Fédération Nationale des Offices Municipaux du Sport

et Mme Catherine PAOLI,
Présidente de l'Office Municipal des Sports de Saint-Paul

ont le plaisir de vous inviter aux conférences suivantes :

DOPAGE ET SPORT = MÉFAITS ET ALTERNATIVES ?
« 50 ANS DE GANGRÈNE »

Samedi 11 mai 2019 - 18h00

Hôtel l'Archipel
Saint-Gilles les Bains

GAGNER LE PARI D'UN SPORT POUR TOUS, SOCIAL ET SOLIDAIRE GRÂCE AUX OFFICES DU SPORT

Lundi 13 mai 2019 - 18h00

Salle municipale du front de mer
Saint-Paul

L'ART D'AVANCER EN AGE
«BIEN BOUGER POUR RESTER JEUNE...ET EN FORME»

Mardi 14 mai 2019 - 18h00

Léspas Culturel Leconte de Lisle
Saint-Paul

Office Municipal des Sports de Saint-Paul
165 bvd du front de mer - 97460 Saint-Paul | 0262 45 91 96 | contact@oms-saintpaul.re

PROGRAMME DES CONFÉRENCES DU DOCTEUR BÉNÉZIS
- 11, 13 ET 14 MAI 2019 -

DOPAGE ET SPORT = MÉFAITS ET ALTERNATIVES ?
« *50 ANS DE GANGRÈNE* »

«Le dopage est le plus grand fléau de l'ère sportive moderne ; il touche aujourd'hui les professionnels et le haut niveau, mais sévit aussi chez les jeunes et les amateurs.

Garants de la santé physique et mentale de nos sportifs, nous, médecins du sport, soucieux du maintien d'une éthique médicale, souhaitons participer à la mise en place du dispositif de lutte :

- en amont de la performance sportive, en dénonçant fabricants, pourvoyeurs, prescripteurs et utilisateurs de produits dopants.
- en aval, en favorisant la recherche scientifique pour la mise au point de protocoles mettant en évidence l'EPO, l'hormone de croissance, les corticoïdes, la DHEA, les PFC, etc....
- en instaurant un suivi médical longitudinal en quête de signes morphologiques, cliniques, biologiques, preuves et conséquences du recours au dopage chimique et/ou génétique.
- en rappelant que l'entraînement naturel et l'hygiène de santé et de vie restent des alternatives au dopage.
- enfin, en participant à l'information auprès des sportifs, des dirigeants et des médias sur les produits ou procédés actuellement utilisés, et leurs effets secondaires à court, moyen et long terme sur l'organisme.

Je propose donc dans ce travail, de présenter les différents produits dopants avec leurs effets sur la performance sportive et leurs effets secondaires majeurs, en rappelant que ces produits sont avant tout des médicaments utilisés pour traiter des maladies graves et détournés vers le sport pour améliorer la performance.

Je souhaite enfin en quelques mots simples mais fermes, discuter des alternatives « au sport dopage » fruit de l'hypocrisie, de la loi du silence, de la tricherie.

Je veux aussi discuter du devenir du sportif de haut niveau, écartelé entre le plaisir de pratiquer, la performance sportive à tout prix, et la dérive vers le sport spectacle.

Il s'agit donc plus d'un libre propos que d'un exposé scientifique : Il est le fruit d'un vécu sportif et d'une expérience médicale de plus de trente ans.»

Samedi 11 Mai 2019
18H00

Hôtel l'Archipel
Saint-Gilles-les-Bains

GAGNER LE PARI D'UN SPORT POUR TOUS, SOCIAL ET SOLIDAIRE GRÂCE AUX OFFICES DU SPORT

Notre Fédération est riche de nombreux savoir-faire techniques à partir desquels il nous appartient de construire les processus et les outils qui permettront de les exploiter efficacement au bénéfice de nos athlètes. Cela doit nous amener à catalyser les compétences et les actions de tous les Offices du Sport impliqués dans le Sport pour tous.

Nous travaillerons à préparer l'avenir en asseyant le socle de nos fondamentaux techniques dans un système de communication et de transmission de l'expérience simple, opérationnel et accessible par tous les acteurs.

Enfin, nous garderons une vigilance particulière sur l'animation et les représentations de notre Fédération dans le seul

but d'amener nos idées, nos projets au cœur des instances sportives

Lundi 13 Mai 2019
18H00

Salle municipale du front de mer
Saint-Paul

L'ART D'AVANCER EN AGE
«BIEN BOUGER POUR RESTER JEUNE...ET EN FORME»

Le groupe de travail sur les Activités Physiques et Sportives (APA) du Comité de Pilotage du Programme National « Bien Vieillir », propose une série de mesures dont l'objectif reste la promotion des activités physiques et sportives comme moyen de prévention des maladies liées au vieillissement, mesures susceptibles de ralentir la perte de l'autonomie, la dépendance et d'améliorer l'espérance et la qualité de la vie.

La loi d'Amélioration de la Santé de décembre 2016 a introduit dans son contenu les Activités physiques comme moyen thérapeutique non médicamenteux :
c'est le SPORT SUR ORDONNANCE.

Mardi 14 Mai 2019
18H00

Lépas Culturel Leconte de Lisle
Saint-Paul

DOCTEUR CHRISTIAN BÉNÉZIS
MÉDECIN DU SPORT

Président de la Fédération Nationale des Offices Municipaux du Sport, Médecin fédéral et ancien Vice-Président du Conseil Général de l'Hérault, délégué à la Santé, à la Prévention de la Jeunesse et des Sports.

RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS
OFFICE MUNICIPAL DES SPORTS DE SAINT-PAUL

0262 45 91 96

contact@oms-saintpaul.re
www.oms-saintpaul.re

165 bvd du front de mer
Saint-Paul

TRICENTENAIRE
CHEMIN PAVÉ
BELLEMÈNE

1719 - 2019

DIM.12 MAI 2019

10H30

INAUGURATION DU VILLAGE
EXPOSITION PHOTOS
ANIMATIONS
VISITE GUIDÉE
ATELIER CONTE

RENSEIGNEMENTS
ASSOCIATION SPORTIVE, CULTURELLE ET LOISIRS DE BELLEMÈNE
0692 56 82 63

DU 13 AU 16

VILLAGE MARMAILLE
ANIMATIONS
CULTURELLES
PATRIMONIALES
ET ENVIRONNEMENTALES

Active & Sportive

Saint-Paul

Département de la Réunion

ASSOCIATION SPORTIVE, CULTURELLE ET LOISIRS DE BELLEMÈNE

Villes & Pays d'Art & d'Histoire

Saint-Paul
ILE DE LA REUNION
Berceau du peuplement

Dès le début du XVIIIe siècle, Antoine Desforges-Boucher, chef directeur et gouverneur général du comptoir des Indes dans l'île Bourbon, ordonne les travaux d'aménagement des trois premiers chemins permettant d'acheminer les récoltes, notamment le café, des exploitations jusqu'au grand magasin de Saint-Paul (actuel hôtel de ville).

- Le premier chantier commence en 1719 avec Grand Chemin, appelé par la suite chemin de la Ravine Bernica. Chemin qui surplombe l'église paroissiale de Saint-Paul,

-

Le second chemin à la montée de la veuve RIVIÉRE sera tracé entre la Ravine Bernica et la Ravine d'Hybon (devenue ravine d'Yvon puis ravine Divon), qu'on nomme aujourd'hui le chemin pavé Bois Rouge,

- **le troisième, le chemin pavé Bellemène creusé entre la ravine Divon et Athanase permet d'accéder à Bellemène par la Montée d'Hybon.**

Bien d'autres chemins seront aménagés par la suite. Mais l'utilisation du macadam pour la construction des routes modernes à partir de 1910 entraînera la disparition progressive de ces chemins.

Le chemin pavé Bellemène oublié des Saint-Paulois vient de ressurgir du passé grâce à l'association Bellemène Pavé dans le cadre d'un projet de revalorisation du patrimoine. Ce magnifique chemin, ensevelit à certains endroits sous 2 mètres de terre, a fait l'objet d'une restauration pendant près 7 ans, lors de différentes phases de chantier d'insertion entre 1999 à 2006.

Aujourd'hui, c'est cette même Association qui continue à entretenir ce chemin tricentenaire.

LE RENDEZ-VOUS EST FIXÉ DU 12 AU 16 MAI 2019
DE 09H À 16H SUR CE CHEMIN

DIMANCHE 12 MAI

10H30 INAUGURATION DU SITE

DU 12 AU 16 MAI

VISITE DE L'EXPOSITION PHOTOS SUR LA RÉHABILITATION DU LIEU, DE 1999 À 2017,
PAR L'ASSOCIATION SPORTIVE, CULTURELLE ET DE LOISIRS DE BELLEMÈNE

ATELIERS CULTURELS ET ARTISTIQUES

ATELIER CONTES ET COMPTINES, PROVERBES LONTAN
ATELIER MORINGUE - ***DPCS***
ATELIER CULTURE TRADITION, MÉMOIRE, PATRIMOINE ET TRANSMISSION DES FRUITS ET DES LÉGUMES LONTAN - ***KAN MARRON - JEAN PAUL BAVOL***
STAND TRESSAGE COCO

ATELIERS ENVIRONNEMENTAUX

ATELIER PAPIER RECYCLÉ - ***ASSOCIATION OUGINGN***
ATELIER ÉNERGIE RENOUVELABLE – FOUR SOLAIRE - ***ASSOCIATION OUGINGN***
ATELIER VALORISATION DES DÉCHETS, FABRICATION DE KAYAMB, CHAPEAUX
- ***ASSOCIATION OUGINGN***

ATELIERS PATRIMONIAUX

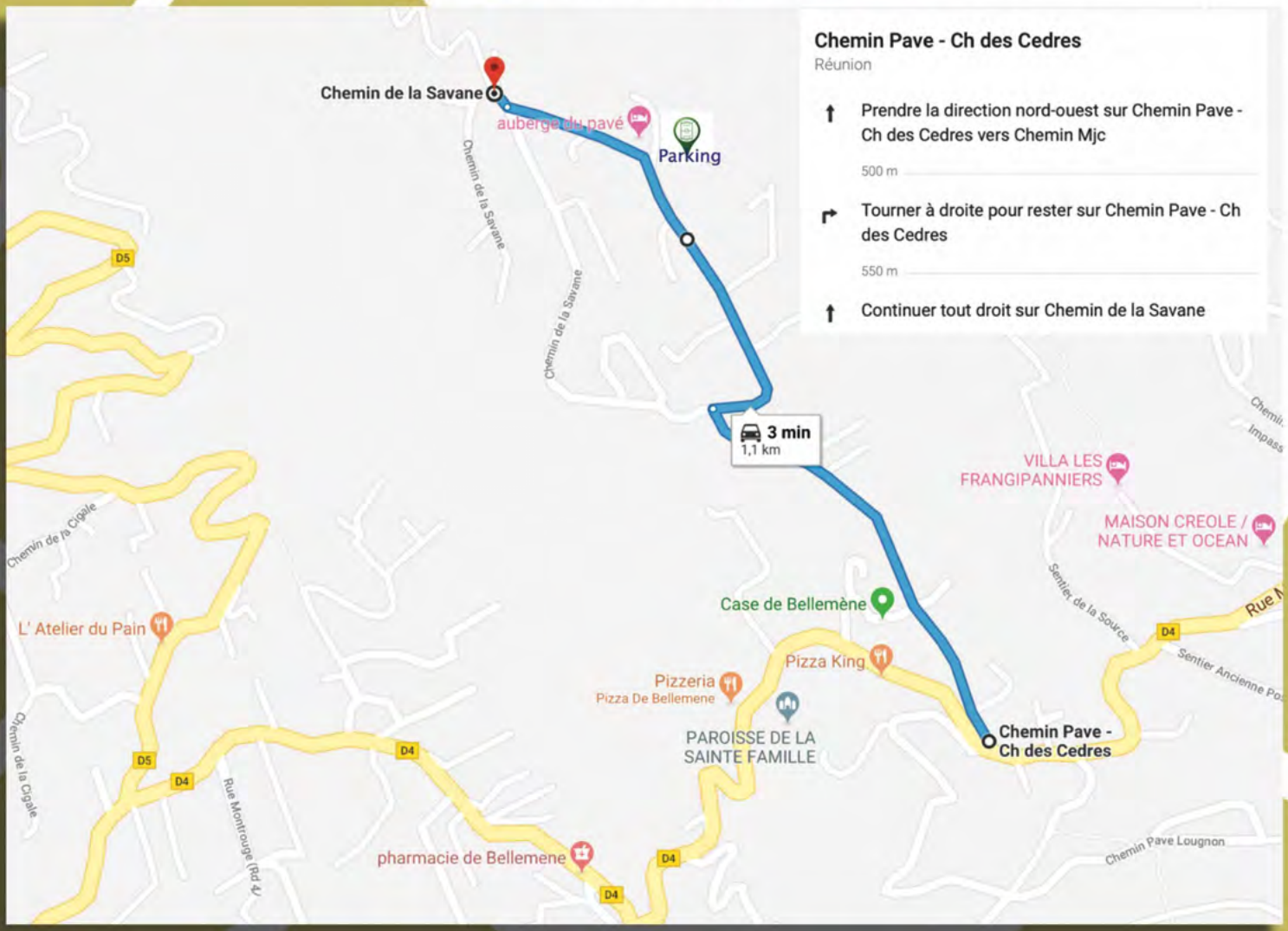
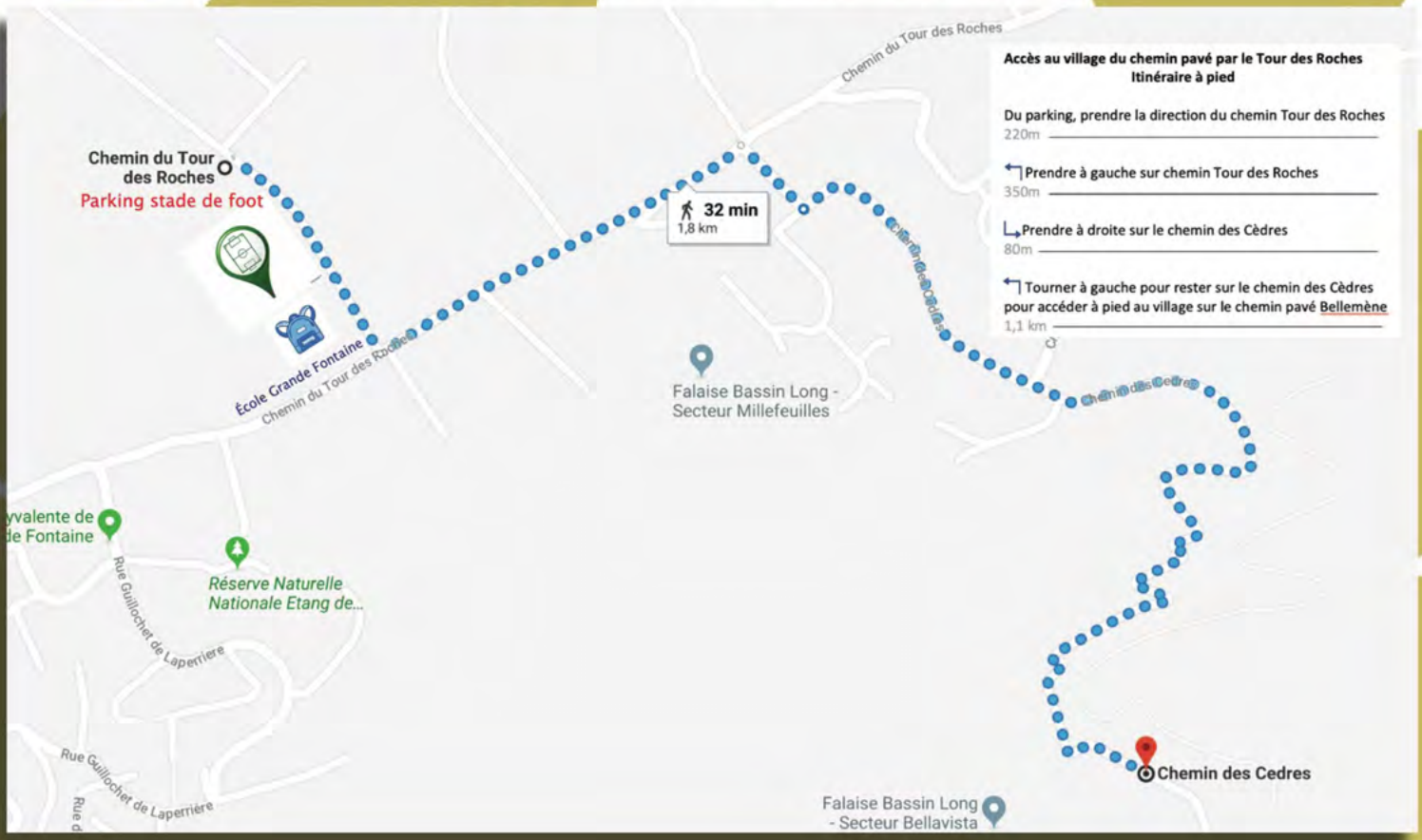
ATELIER MAQUETTE GÉANTE DES CHEMINS PAVÉS - ***ASSOCIATION OUGINGN***
ATELIER D'INITIATION ET DÉCOUVERTE DE LA PHOTOGRAPHIE AUTOUR DU « CHEMIN PAVÉ » - ***SERVICE IMAGE***
VISITE GUIDÉE DU CHEMIN PAVÉ (PARTIE HAUTE DU CHEMIN)
- PDD. À 09H00, 11H00, 13H30)
RANDO-PAYSAGE, UNIQUEMENT LE MERCREDI 15 MAI
- RÉSERVE NATURELLE DE L'ÉTANG À 09H30. Départ Tour des Roches
RÉSERVATIONS AU 0262 70 28 88 (NOMBRE DE PLACES LIMITÉES).

ATELIERS SPORTIFS

ATELIER JEUX LONTAN : LA ROUE, KADOCK...
- ASSOCIATION OUGINGN - SLACKLINE - SERVICE DES SPORTS

INFO' ORGANISATION : POSSIBILITÉ DE RÉSERVER UN REPAS SUR SITE
AVEC L'ASSOCIATION SPORTIVE CULTURELLE ET LOISIRS DE BELLEMÈNE AU 0692 56 82 63

PLANS D'ACCÈS PAR BELLEMÈNE



PLANS D'ACCÈS PAR TOUR DES ROCHES