

VICHY ■ Le congrès national de la FFRS a eu lieu mercredi, à Vichy

Des activités sportives pour mieux vieillir

« On ne peut s'empêcher de vieillir, mais on peut s'empêcher de devenir vieux ». La Fédération française de la Retraite sportive (FFRS) a décidé de faire de cet adage leur philosophie, avec pour objectif principal de maintenir les seniors retraités en bonne santé.

Une philosophie qui semble se répandre de plus en plus chaque année. De 67.000 adhérents en 2013, la FFRS a atteint les 85.000 sur le territoire national en l'espace de quatre ans. « C'est la plus forte progression toutes fédérations confondues, se réjouit le président national fraîchement réélu, Gérard Deshayes. Mais la marge de progression est encore forte puisque nous comptons 15 millions de seniors en France. »

« Près de 85.000 adhérents »

Activités de pleine nature, raquettes, marche aquatique, tennis... l'association compte plus de 60 activités au total. « La moyenne d'âge de nos adhérents est de 67 ans, poursuit le président. Notre objectif principal est de reculer l'arrivée de la dépendance à travers une multitude d'activités sportives. La plus représentée reste la randonnée pédestre, avec 62 % de nos li-



CONGRÈS. Le président Gérard Deshayes. PHOTO VICTORIA PULIDO

cenciés, mais la marche nordique est en plein développement ».

Une palette très large encadrée par près de 5.000 animateurs bénévoles dispersés sur huit régions et 52 départements. « Nous formons nos animateurs, tous bénévoles à quelques exceptions près, pour encadrer les activités, les sécuriser et en assurer la qualité », précise Gérard Deshayes. Une machine importante au niveau national que le président veut consolider dans les années à venir. « Le bénévolat est aussi une fragilité, il faut sans cesse former de nouveaux

animateurs et la consolidation de ce système est une des priorités, tout comme l'affirmation d'un certain nombre de nos valeurs. »

« Une grande famille »

« Bien sûr, on peut aller marcher tout seul, il n'y a pas besoin de payer une cotisation pour ça. Mais le partage, la multi-activité, la qualité et la sécurité de la pratique sportive sont essentiels pour que les adhérents sentent tout l'intérêt qu'il y a d'appartenir à cette grande famille. »

Dans cette famille, la région Auvergne-Rhône-Al-

EN CHIFFRES

85.000

C'est le nombre de licenciés de la fédération.

3.300

Dans l'Allier, la FFRS compte 3.300 adhérents, le premier de la région.

5.000

Le nombre d'animateurs bénévoles sur huit régions et 52 départements.

67

C'est l'âge moyen des adhérents.

62

La fédération regroupe 62 activités différentes.

pes fait figure de grande sœur puisqu'elle est la première région de France en terme de nombre d'adhérents. « La région compte 16.000 adhérents et notre département est le premier de la région avec 3.300 licenciés, précise Yolande Guériaux, vice-présidente et membre du club de Bellerive-sur-Allier. C'est un vrai plaisir d'accueillir ce congrès national, ici à Vichy. J'espère que d'autres événements de ce genre auront lieu, ici, prochainement. » ■

Rémi Pironin

➔ **Pratique.** Plus d'informations sur : www.ffrs-retraite-sportive.org