

Article Padel Santé :

L'ASCAP Montbéliard ouvre ses portes au Padel santé ! Rencontre avec Léonard PARENT, enseignant Padel, Laurent AZNAR, Président de l'ASCAP Montbéliard et Aurélie BESANCON, de la Ligue Contre le Cancer.

Ligue BFC : Bonjour Léonard, le padel santé est une nouvelle offre à l'ASCAP Montbéliard, comment s'est développée cette activité au sein du club ?

L.P « Tout d'abord, j'ai suivi une formation Sport Santé en 2017 avec le Réseau Sport Santé de Bourgogne Franche-Comté. J'ai fait ensuite deux saisons de tennis santé à l'ASM Belfort Tennis en 2018 et 2019.

Le club de l'ASCAP a mis en place une convention avec le Réseau Sport Santé de Bourgogne Franche-Comté et la Ligue contre le Cancer. Cela permet aux personnes qui veulent s'inscrire de bénéficier d'un financement avec une partie ou la totalité de l'inscription prise en charge

Les conditions réunies ont naturellement orienté le Comité de Direction du club et moi-même vers le padel santé que j'ai débuté à l'ASCAP en Mai 2021. Le padel santé est ouvert aux adultes présentant une absence/insuffisance d'activité physique mais aussi à des personnes ayant des pathologies reconnues ALD ou non : diabète, surpoids/obésité, cancer, hypertension artérielle, maladies cardiovasculaires, insuffisance respiratoire

Ligue BFC : Et comment se sont mis en place les créneaux de padel santé ?

L.P « On a commencé la saison dernière avec un groupe de quatre élèves. Treize séances furent organisées au cours de la saison.

Cette saison, le groupe s'agrandit avec six élèves. On a prévu deux sessions de dix séances au cours de la saison. La première session est déjà lancée, et la deuxième se fera à partir de mars-avril 2023. Pour le moment, ce sont uniquement des personnes qui viennent suite à un cancer. Les cours de Padel Santé sont entièrement pris en charge par la Ligue contre le Cancer. »

Ligue BFC : Quels sont les projets futurs en lien avec le padel santé à l'ASCAP Montbéliard ?

L.P « On va également mettre en place une découverte avec le centre de réadaptation d'Héricourt, normalement en janvier-février 2023. Toujours pour des personnes présentant les mêmes pathologies (rémission cancer).

Nous avons aussi pour projet de faire une découverte avec des personnes en surpoids et aussi des personnes ayant subi des problèmes cardiaques. »

Ligue BFC : Mr Aznar, vous êtes Président de l'ASCAP Montbéliard et de la commission régionale Padel, le padel santé se développe dans votre club, qu'est-ce que cela représente pour vous ? Et quel frein identifiez-vous à cette mise en place ?

L.A « Ce sujet me tient à cœur car je pense que ce sport est particulièrement adapté de par son accessibilité et sa convivialité à offrir à des personnes souffrant de pathologies de retrouver une activité sportive avec du lien social, tellement important !

Je regrette malheureusement qu'on ait mis presque un an pour démarrer cette activité car malgré le fait d'avoir sollicité et invité des médecins généralistes à découvrir cette discipline au club (qui ont été unanimes sur ses bienfaits), trop peu ont encore joué le jeu de prescrire cette pratique padel santé à leur patient. ». Je remercie la Ligue contre le cancer qui nous a permis de démarrer cette activité depuis Mai dernier et qui a reconduit son partenariat pour la nouvelle saison sportive

Ligue BFC : Mme Besançon, vous travaillez au sein de la Ligue Contre le Cancer, quels sont les enjeux du Padel santé pour vous ? Et quel regard portez-vous sur ce partenariat avec l'ASCAP Montbéliard ?

Dans le cadre des activités de soins de supports pour les patients atteints d'un cancer, notre Comité de la Ligue contre le cancer de Montbéliard prend en charge des séances collectives de Padel à raison d'une heure par semaine en partenariat avec l'ASCAP Tennis-Padel depuis le printemps 2022.

Cette activité est proposée gratuitement à des personnes en cours de traitement, ou post-traitement de tous types de cancers avec un certificat médical obligatoire pour la pratique, délivré par l'oncologue référent.

Plusieurs études ont rapporté que l'activité physique adaptée d'intensité faible à modérée pendant et après le traitement en cancérologie améliore la qualité de vie (bénéfice sur l'anxiété, la dépression, le sommeil, l'image du corps et le bien-être), diminue la sensation de fatigue et a un effet sur la survie.

Le retour des « padelistes » est positif, très apprécié de tous, tant sur l'esprit d'équipe, un sport décrit comme ludique et addictif, le tout dans le respect de chacun, le non-jugement et la bonne humeur. »



