



# Ufolep

TOUS LES SPORTS AUTREMENT  
VAL D'OISE

## La Newsletter de la Famille de l'Ufolep Val d'Oise

### Edito :

A vos marques, prêts, «sportez»!

Nous espérons que cette interruption estivale a été propice au repos, découverte, activités diverses et variées pour tous.

En ce qui concerne le Comité, la rentrée a sonné la semaine du 25 août au 1<sup>er</sup> septembre en Auvergne. En effet, nous avons invité élus et salariés de l'Ufolep 95 et d'Ex-Aequo pour travailler en équipe sur notre pôle « sport société ». L'occasion de mieux se connaître, partager, projeter ensemble et former un collectif pour entamer le chantier de notre futur projet quadriennal. A l'ordre du jour les thématiques : bénévolat, gouvernance, espace socio sportif, stratégie RH et financière, projet 2025/2028. Nous projetons, bien évidemment, dans le 1<sup>er</sup> trimestre un temps de travail avec nos associations et nos Commissions Techniques Départementales afin de construire et nourrir collectivement ce projet dans toute sa dimension pour que celui-ci s'appuie sur le projet fédéral, bien sûr, mais aussi prenne ses racines dans notre base associative départementale.

Pristile et moi nous rendrons également au regroupement fédéral organisé pour les élus des Comités départementaux, régionaux et nationaux du 20 au 22 octobre au Pradet.

Enfin, ce début de saison est favorable aux projets ; alors pour impulser ceux-ci et vous soutenir dans vos initiatives : nous vous rappelons que

- l'UFOLEP nationale met en place un appel à projet concernant le développement d'activités de loisirs : cliquez sur le lien en bas de la Newsletter.
- l'UFOLEP 95, elle aussi, a réservé une somme sur son budget pour soutenir les projets de nos associations. L'an dernier 6 associations en ont bénéficié. Le dossier vous parviendra courant octobre.

Pensez à solliciter les permanents pour vous faire accompagner dans vos démarches.

Bonne rentrée à tous.

Les Co-présidentes :  
Pristile COUVERCELLE et  
Jocelyne LOQUIEN



## Parlez nous de vous :

Pour nos prochaines Newsletters, n'hésitez pas à nous envoyer vos actions, événements ou toute information dont vous voulez nous faire part.

Envoyez nous un e-mail à : [debora.folep95@gmail.com](mailto:debora.folep95@gmail.com)



## Information importante



### Réaffiliation :

Vous pouvez vous réaffilier dès maintenant au comité Ufolep Val-d'Oise pour la saison prochaine.

L'Ufolep est une fédération qui permet à votre association de délivrer des licences à vos adhérents mais c'est aussi une fédération qui organise des activités sportives et conviviales adaptées pour tous les âges et tous les niveaux.



**PASS SPORT**

Bénéficiez d'une déduction de 50€ par enfant pour l'inscrire en club et pratiquer son sport favori.

Cette aide permet de faciliter l'accès à une activité physique.

Pour plus d'informations cliquez sur le lien en bas de la Newsletter.



### Marrainage :

Vous pouvez bénéficier d'une aide de 50€ si vous marrainez une nouvelle association au comité.

C'est-à-dire votre association affiliée à notre comité UFOLEP 95 marraine une nouvelle association non inscrite. En échange vous et la nouvelle association avez 50€ chacune sur votre affiliation.

Pour plus d'informations contactez-nous.

### Subvention AAP UFOLEP 95 :

2ème édition de notre appel à projet qui a pour but d'aider les associations de l'UFOLEP 95 dans la réalisation de leurs actions et événements.

Si vous voulez en bénéficier contactez-nous.



## Mise en lumière sur Birkan

Birkan a comme sport de prédilection le foot, qu'il pratique depuis une dizaine d'années. Ce sport lui a apporté rigueur, discipline et concentration. Actuellement, il s'intéresse au jui-jitsu brésilien.



Après avoir obtenu un Bac Général, Birkan a fait un service civique via le Parcours Sport olympisme et citoyenneté, où il a obtenu une Certification de Qualification Professionnelle ALS JSJO (animateur de loisir sportif / jeux sportifs et jeux d'oppositions). Ensuite il a poursuivi avec un BPJEPS APT en alternance au sein de l'association Ex-Aequo.



Birkan a intégré l'équipe de l'UFOLEP 95 depuis septembre en tant qu'éducateur sportif. Il a pour but de développer notre champ d'action dans l'est du département !

Via cette mission, il souhaite faciliter l'accès au sport au plus grand nombre aux alentours de Sarcelles et Villiers le Bel, mettant ainsi en avant les valeurs de la fédération.



## Que s'est-il passé ?

### Séminaire de rentrée :

Pour bien commencer la saison, nous avons organisé un séminaire de rentrée Sport Société pendant la dernière semaine d'Août. Une semaine de cohésion et de convivialité, rythmée par des activités et temps de réflexion. Ces jours ont permis de souder l'équipe et de travailler sur les futurs projets avec la participation d'Arnaud Jean président de l'UFOLEP Nationale.



# 3

conseils pour reprendre le sport :

- Préparez votre corps à l'effort
- Fixez des objectifs atteignables
- Choisissez le sport qui vous correspond



## Virades de l'Espoir 2023 :

Le samedi 23 septembre nous avons participé à la 6ème édition des Virades de l'Espoir.

Une journée solidaire et sportive dans le but de récolter des fonds pour l'association Vaincre la Mucoviscidose.

Avec l'association Ex-Aequo nous avons proposé 2 stands :

- autour de la sensibilisation au sport, ses bienfaits pour le bien être avec notre Maison Sport Santé
- des activités autour de la découverte du handisport

Merci à tous les participants pour votre contribution et aux Virades de Cergy-Pontoise pour l'organisation.



## GT 2023 :

Notre équipe s'est rendu aux Groupes de Travail de l'UFOLEP Nationale sur ses différents thèmes.

Ces moments de cohésion ont permis d'échanger et de réfléchir sur les actions territoriales. Ce travail est un enrichissement pour nos futurs projets.



# À venir

## OCTOBRE

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29

**Forum Santé  
Mental**

*Toutes Sportives*

**STAGE SPORTIF**

Stage Sportif

## NOVEMBRE

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi	Samedi	Dimanche
30	31	1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

**Atelier bien-être**

*Toutes Sportives*

**Prenez RDV avec votre comité :**

**Vous avez des questions concernant votre affiliation, vos licenciés ou tout autre sujet ?**

**Nous sommes à votre écoute...**

**Contactez nous : [lefevre.ufolep95@ligue95.com](mailto:lefevre.ufolep95@ligue95.com)**



## Nos partenaires : Ils nous soutiennent !

**LA LIGUE DE  
L'ENSEIGNEMENT  
FÉDÉRATION DU VAL D'OISE**



**val  
d'oise**  
le département



*Ma commune, j'y tiens !*  
**Drocourt**

**ville de  
Villiers-le-bel**

**S** **AGENCE  
NATIONALE  
DU SPORT**