

Centre médico-sportif de La Porte du Hainaut

## Reprise sur les chapeaux de roue !

La rentrée s'annonce chargée au Centre médico-sportif (CMS) de La Porte du Hainaut. Poursuivant pleinement ses missions de santé publique, l'équipe proposera désormais de nouvelles animations.

■ Les demi-journées d'information : elles ont supplanté les conférences du soir, un peu lourdes au dire de certains. Sur le thème de la diététique et du dopage (un sujet malheureusement encore tabou), ces réunions-débats auront lieu désormais pendant les vacances scolaires, en plein après-midi. Premiers rendez-vous, les 25 et 27 octobre prochains, en présence d'Anne-Sophie Carlier, diététicienne et nutritionniste du sport. La jeune médecin aura fort à faire puisqu'elle sera également mise à contribution lors des autres rendez-vous du CMS.

■ Les animations sportives du Département : elles seront lancées pendant les vacances de la Toussaint et s'adresseront à 12 000 collégiens du Nord. Le CMS de La Porte du Hainaut sera partie prenante de ce rendez-vous en proposant

des ateliers sur la nutrition.

■ Les activités physiques et sportives en famille : c'est une grande première qui pourrait faire des émules sur le territoire. Imaginés en collaboration avec l'Entente Athlétique de Douchy, ces ateliers s'adresseront exclusivement aux parents des enfants licenciés au club. Pendant les entraînements, eux seront invités à participer à des activités physiques "douces" et assisteront à des interventions diététiques et podologiques. Les adultes ainsi mis à contribution devront en outre élaborer des menus de saison avec en ligne de mire, l'édition d'un livre de recettes ! ■



### Attention, consultations limitées !

Suite aux restrictions budgétaires qui lui ont été imposées, le CMS a été contraint de limiter à 20 par mois le nombre de ses consultations. En outre, il ne pratiquera plus d'électrocardiogramme sur les enfants de moins de 12 ans, et plus d'épreuve d'effort pour les moins de 15.

Pour plus d'information sur ces changements, rendez-vous sur le [www.sport-porteduhainaut.com](http://www.sport-porteduhainaut.com) (onglet Infos Rentrée).

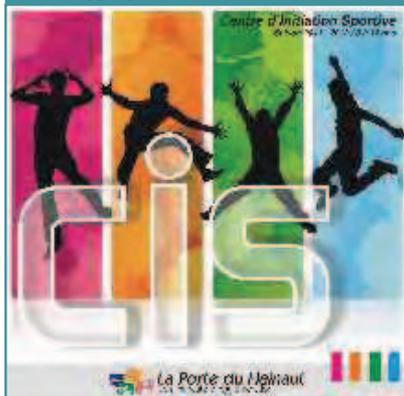
### Bouge ton corps !

Qui dit rentrée ... dit nouvelles activités extra-scolaires. Besoin d'idées ? Courez vite chercher la nouvelle brochure du CIS (Centre d'Initiation Sportive).

Elle est disponible dans chaque mairie de La Porte du Hainaut ou téléchargeable sur le site internet\*.

Destinées aux enfants âgés de 3 à 12 ans, les activités proposées à des tarifs résolument sociaux, connaissent chaque année un réel succès.

\* [www.agglo-porteduhainaut.fr](http://www.agglo-porteduhainaut.fr)



Stages sportifs d'automne

## Les plus jeunes vont prendre de la hauteur

Alors que les vacances d'été ne sont déjà plus qu'un lointain souvenir, se profilent à l'horizon les vacances d'automne... et le casse-tête pour les parents afin de trouver une occupation intéressante pour les plus jeunes. La Porte du Hainaut pense à tout ! Et propose désormais "les stages sportifs d'automne" ouverts au grand public. Durant cinq jours, du lundi 24 au vendredi 28 octobre, les enfants de 6 à 12 ans prendront de la hauteur en découvrant un sport extrême en toute sécurité : l'escalade. Les animations se dérouleront en demi-journée, le matin pour les 6/9 ans et l'après-midi pour les



10/12 ans dans les trois communes du territoire qui bénéficient d'un mur d'escalade (Denain, Douchy et Saint-Amand). Dépêchez-vous, le nombre de places est limité ! ■

**Renseignements et inscriptions au 03.27.09.97.92 à partir du 10 octobre. Tarifs pour la semaine : 3 € pour les habitants de la CAPH, 40 € pour les extérieurs.**