

*Un projet sportif au coeur de l'inclusion sociale
Embarquez avec nous !*

Du mercredi 31 mai au vendredi 2 juin 2023

La Flamme du Coeur



CDOS

CORRÈZE

La Commission Sport Insertion du Comité Olympique Corrèze s'est donné comme mission de mettre en place des animations et des projets permettant de découvrir des activités physiques et sportives pour les publics éloignés de la pratique avec un objectif à long terme d'intégration en clubs.

Le sport est un formidable vecteur d'insertion mais aussi d'intégration et d'inclusion sociale, car il est source d'engagement, de dépassement et d'épanouissement personnel. Par ce biais, le sport va permettre de favoriser l'estime de soi et particulièrement pour des personnes fragiles ou isolées.

La Corrèze est un formidable terrain de jeux notamment pour les amoureux des sports de pleine nature.

1. Un projet sportif socialement fédérateur

La commission sport insertion a proposé un projet mêlant sport nature et mixité sociale : « La flamme du cœur »

La flamme du cœur prendra la forme d'une randonnée (pédestre) /canoé-Kayak itinérante sur la Dordogne, sur plusieurs jours. Lors de la descente et sur la totalité de l'épreuve, les participants auront pour objectif d'effectuer un relais de Flamme du point de départ au point d'arrivée. Ce relais de Flamme devra permettre une unité et une cohésion : un but commun. Ce relais de flamme sera également un clin d'œil aux jeux olympiques de 2024 se déroulant à Paris.

Ce projet aura pour ambition de favoriser une mixité sociale la plus large possible en mélangeant le public « valide » (issus de comités sportifs, de clubs, représentants de l'état ou des chefs d'entreprises) mais également du public en situation de handicap (publics des établissements Instituts Médico Educatifs, Insertion par le Travail), et public en « difficultés » (publics des Centres d'Hébergement).



2. Un environnement naturel grandiose et authentique

Classée réserve mondiale de biosphère par l'UNESCO, Zone Natura 2000, les Gorges de Haute Dordogne abrite une faune et une flore rares et protégées. Ces gorges sont sans aucun doute un des espaces naturels les plus remarquables des régions Nouvelle Aquitaine et Auvergne Rhône Alpes.

Les 3 étapes s'effectueront dans ce territoire naturel préservé, nos équipages partiront de Spontour et descendront jusqu'au Village de Saint Martial Entraignes

intérêt éducatif car les participants navigueraient sur les traces des gabarriers qui descendaient du haut pays jusqu'à Argentat ...puis la Gironde

3. Les objectifs de la flamme du cœur

Objectifs principaux :

- Favoriser l'accès au sport pour un public éloigné de la pratique.
- Favoriser l'estime de soi et participer à un projet collectif
- Découvrir un nouvel environnement
- Développer la cohésion départementale auprès du mouvement sportif pour un public éloigné de la pratique.
- Rendre accessible la découverte du patrimoine naturel corrézien
- Favoriser les moments de partage et d'échange par l'intermédiaire du sport



4. Le descriptifs des étapes

Etape 1: Spontour - Saint merd de Lapeau (Canoë 7km)

L'aventure commencera donc à Spontour, village des Gorges de la Haute-Dordogne, situé dans la commune de Soursac, en Corrèze (19). Le hameau est historiquement connu pour la construction de gabares, ces barques traditionnelles servant au transport de marchandises sur les rivières et les estuaires.

Spontour se situe en aval du barrage de l'Aigle (1935-1945), un édifice reconnu pour l'originalité de son architecture de type poids-voûte avec ses doubles évacuateurs de crues. L'infrastructure est construite à cheval sur deux départements, celui du Cantal (15) et celui de la Corrèze (19).

Nos participants embarqueront sur la Dordogne direction le pont du Chambon sur la commune de Saint-Merd de Lapeau.



Un village olympique sera installé au niveau de l'ancien port de Spontour, ce village permettra l'initiation et la découverte de nombreux sports, de plus le comité départemental d'équitation permettra de découvrir les sports équestres

Les embarcations seront mises à l'eau en début d'après midi, lors de la descente en Canoë, nous profiterons de ce moment pour découvrir l'intérêt environnemental majeur des gorges de la Dordogne



Résumé de la journée 1:

Matinée

- Village olympique Multisport
- stand EDF
- découverte de l'équitation

Après midi:

- mise à l'eau et descente vers Saint Merd de Lapeau
- sensibilisation à l'environnement



Etape 2 : Saint merd de Lapeau- Marcillac la Croisille (Canoë 7km)

La seconde étape de notre projet dans les gorges de la Haute Dordogne débutera au pont du Chambon situé sur la commune de Saind -Merd de Lapeau

Pont enjambant la rivière la Dordogne et ralliant les communes de Saint-Merd-Lapeau et d'Auriac. Le pont du Chambon a été construit pour remplacer l'ancien pont (qui avait été construit au XIXe siècle), qui s'est retrouvé noyé par la retenue d'eau lors de la construction du barrage du Chastang, de 1947 à 1952.

Notre descente se terminera sur la commune de Marcillac-La Croisille au niveau des Jardins de Bardot, cadre incroyable et atypique.

Vers 1905, Joseph MAS (surnommé Bardot) et sa femme Maria entreprenent de devenir maraîcher dans les gorges ensoleillées de la Dordogne. Ils construisent alors un jardin atypique en terrasses dans les pentes.

Fraises, raisins et pêches feront la renommée de leurs jardins. Aujourd'hui propriété du Conservatoire Régional des Espaces Naturels du Limousin, il est restauré et protégé.

Après deux jours à naviguer sur la rivière espérance, il sera temps de chausser les chaussures de marche et les baskets pour continuer notre périple.



Résumé de la journée 2:

Après midi:

Activité Nautique sur la Dordogne , descente sur
Marcillac

Etape 3 : Gros Chastang -Saint Martin la Méanne (Rando 10km)

Jolie commune nichée en pleine forêt, Gros-Chastang est bordée à l'Est par la Dordogne et à l'Ouest par le ruisseau du Doustre. Ce petit village est un havre de paix qui compte une église ancienne et de nombreuses maisons corréziennes aux toits de lauzes.

Cette journée nous permettra d'évoquer lors d'une conférence l'insertion et l'emploi accompagné.

En début d'après midi, nos participants devront effectuer une randonnée pédestre de 5 Kkm ou de 10km selon leur niveau. pour rejoindre le village de Saint Martin la Méanne.

Cette randonnée sera l'occasion de découvrir les sentiers des gorges de la Dordogne.



Résumé de la journée 3:

Matinée

-Conférence autour de l'emploi et de l'insertion

Après midi:

-Randonnée Sport Adapté

