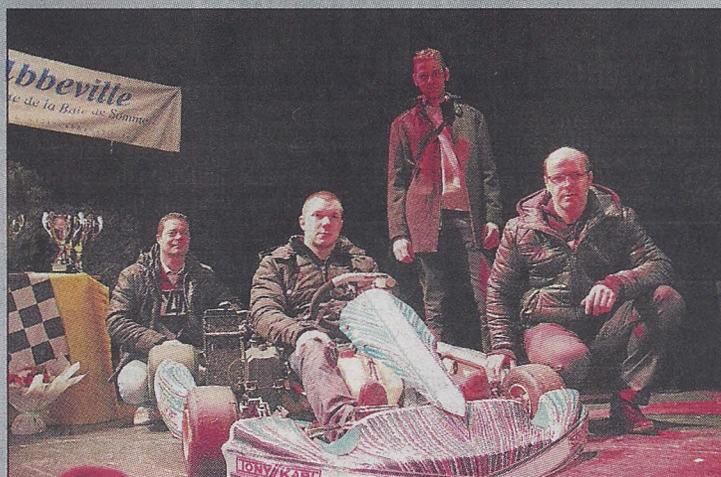


## EN IMAGE À L'ESPACE SAINT-ANDRÉ



**Pole position** Le club de karting abbevillois organisait dimanche matin la remise des récompenses pour les pilotes de la ligue Nord-Pas-de-Calais - Picardie. 53 adeptes de vitesse se sont vus honorer. Parmi eux, quatre pilotes abbevillois désormais habitués des podiums : (de gauche à droite) : Pascal Lallot (3<sup>e</sup> du trophée Nord-Pas-de-Calais - Picardie), Alexis Bellegueulle (2<sup>e</sup> du trophée), Pierre Zedde (1<sup>er</sup> de la Ligue) et Stéphane Avronsart (1<sup>er</sup> du trophée).

## CROSS

### Douze Abbevillois qualifiés

## SANTÉ

# Le sport qui fait du bien

Le réseau Sport santé bien-être développe l'activité sportive pour des personnes âgées ou des malades, les aidant à surmonter leurs difficultés.

Le réseau Sport santé bien-être Picardie en Forme veut se faire connaître et se développer à Abbeville, même s'il existe déjà à un tout petit échelon avec le club d'athlétisme. Une réunion d'information a eu lieu jeudi 30 janvier au centre Viarre en présence des représentants des associations sportives abbevilloises.

Ce réseau a pour but de développer la pratique de l'activité physique pour des personnes fragiles : seniors, diabétiques, hypertendus, en surpoids, souffrant d'un cancer...

Pour cela, il forme les animateurs de structures sportives à accueillir ce type de public et facilite les démarches des médecins locaux dans l'orientation des patients vers des associations labellisées. Une aide financière pour l'inscription dans un club peut être donnée



À Abbeville, un groupe pratique la marche nordique. Ici pas de performance, chacun

mètres », indique Isabelle Desmarest.

Le groupe actuel, qui est limité à 8, pas plus, est composé de personnes en surpoids, qui souffrent d'insuffisances pulmonaires ou qui sont en phase de rémission d'un cancer.

### Retrouver confiance en soi

« Chacun marche à son rythme et selon ses capacités. On forme un groupe soudé où même si on marche lentement, on est intégré. Le but est avant tout de retrouver la confiance en soi. Cette activité physique développe l'endurance et les capacités cardio-respiratoires. Les personnes peuvent ensuite monter des escaliers plus facilement. On note une amélioration de leur état de santé », souligne l'encadrante. Outre la santé, le moral des personnes s'améliore aussi : ce moment de convivialité et de partage est très atten-