

SAINT-SEB

le mag

Le magazine de la ville de Saint-Sebastien



Ils brillent au
Mondial
de Mölkky

► p. 8-11 | DOSSIER | Le don d'organe, parlons-en !

p. 5 | EN ACTION | Sobriété énergétique sur l'éclairage nocturne

p. 6 | EN BREF | Accueils de loisirs : capacité augmentée p. 7 | EN VILLE | Du nouveau dans les équipements sportifs

p. 12 | EN VALEUR | Deux sports qui ont du chien ! p. 13 | SERVICE | So.Pool, la piscine pour tous



Le Mölkky sébastienais performe

" Hé, les amis ! Un p'tit Mölkky ? " Cette phrase, on l'a tous entendue à l'occasion d'un barbecue estival en famille ou entre amis. Arrivé en France dans les années 2000, ce jeu de quilles convivial a conquis de nombreux amateurs partout dans le pays jusqu'à Saint-Sébastien où deux joueurs viennent d'être sacrés vice-champions du monde.



Originaire de Finlande, le Mölkky ne cesse de faire des adeptes en Europe et dans le monde entier. Ce jeu de quilles, aux règles assez simples, s'est développé à tel point qu'il est devenu un sport de compétition. Une association, SPAM (Super Potes Adeptes du Mölkky), a même pris ses quartiers à Saint-Sébastien en 2017, lors de la création du boulodrome couvert de la Pyramide. " Nous sommes une quinzaine et nous nous entraînons tous les jeudis soirs ", expliquent les vice-champions du monde Ludovic Misura et David Cotten. " Nous participons régulièrement à des rencontres officielles, la plupart du temps en

JEU

Se remettre à la piscine fait partie de vos bonnes résolutions de la rentrée ? Ca tombe bien, ce mois-ci, on vous fait gagner :

10 entrées pour So.Pool

Tentez votre chance sur saintsebastien.fr jusqu'au dimanche 20 octobre en répondant à la question suivante :

**Quel nageur professionnel a inauguré le centre aquatique So.Pool en 2013, aux côtés de Philippe Révillon ?
Florent Manaudou ; Alain Bernard ;
Camille Lacourt**



Dialoguer avec nous



www.facebook.com/stsebsurloire



www.youtube.com/@stsebsurloire



www.instagram.com/stsebsurloire

doublette", poursuivent-ils. Le club, qui bénéficie désormais d'une certaine expérience, organise chaque année plusieurs compétitions dont une en avril au boulodrome de Saint-Sébastien : l'occasion pour tout un chacun de se lancer. Le SPAM qui a marqué des points grâce à ses récentes performances, a également été retenu pour organiser en juin prochain l'Open de France (Plaine de jeux de Sèvre - Nantes Sud) et y attend environ 350 équipes venues de tout l'Hexagone.

Si leur médaille d'argent, glanée en août au Japon, est une immense performance sportive, les deux Sébastienais ne renient pas les valeurs de convivialité associées à ce sport. " *Le Mölkky, c'est tout d'abord du plaisir. Lorsqu'on décide de participer à une compétition, c'est avant tout pour y retrouver des bons copains !* ", concluent-ils en souriant.

Contact :

SPAM Mölkky : 06 11 59 32 42
superspotesdumolkky@gmail.com



Hôtel de Ville - Place Marcellin Verbe -
BP 63329 - 44233 Saint-Sébastien-sur-Loire Cedex
Tél. 02 40 80 85 00
Courriel : communication@saintsebastien.fr

Directeur de la publication : Laurent Turquois
Rédacteur en chef : Thomas Mabileau
Rédaction : Sabrina Petit, Ronan Le Borgne,
Alexandre Guyonnaud
Photos : Johann Jolivet
(sauf crédit photo et banque d'images)

Maquette : Peuplades
Mise en page : Elodie Tremblay
Impression : Imprimerie Allais
Distribution : S'pricom
Tirage 16 700 exemplaires
ISSN : 1624-527X

Imprimé avec des encres
végétales sur papier PEFC.

IMPRIM'VERT®



3 questions à...

Laurent Turquois

Maire de Saint-Sébastien-sur-Loire

1 QUE RETENEZ-VOUS DE LA RENTRÉE DU MONDE ASSOCIATIF ?

Vous le remarquerez dans ce numéro, deux mois après les jeux, il est encore beaucoup question de sport. Au-delà des performances des champions, l'activité physique au quotidien et pour tous, est un enjeu de santé public. Vous avez pu le voir lors de Sportissimo, à Saint-Sébastien, il est possible de trouver de nombreuses activités portées par des passionnés. Notre soutien apporté au monde associatif et à ses bénévoles permet de faire perdurer un modèle altruiste et généreux que nous défendons.

2 POURQUOI AIDER À LA PLANTATION D'ARBRES CHEZ LES PARTICULIERS ?

Depuis cette année, nous offrons une aide jusqu'à 50 € pour chaque particulier sébastienais (voir p. 5). Cela permet d'accompagner la végétalisation de la Ville. Les conditions d'aides permettent également de donner des conseils et valoriser les bonnes pratiques en termes de variété d'arbres. Depuis 2020, la Ville a planté plus de 3 400 arbres dans la forêt urbaine et différents projets sur la commune. Néanmoins l'essentiel du foncier de notre territoire appartenant aux particuliers, nous comptons sur ce dispositif pour amplifier la dynamique.

3 C'EST LA PÉRIODE DE LA TAXE FONCIÈRE. A-T-ELLE AUGMENTÉ À SAINT-SÉBASTIEN ?

Effectivement, les personnes propriétaires ont dû recevoir leur avis d'imposition. Pour autant, depuis 2016, la Ville n'a pas voté d'augmentation de la part communale. Peu de communes ont pu faire ce choix, souvent limitées par des finances exiguës. Notre stratégie financière, en cohérence avec notre projet politique, montre sa pertinence année après année. Ainsi notre majorité poursuivra sa politique volontariste d'investissement (10 millions en 2024), en maintenant des services publics de qualités à des tarifs solidaires.





LA FÊTE EN PLEIN AIR

Malgré une météo capricieuse, le public est venu nombreux à la Station Nuage pour " Les îles en fête ", ce nouvel événement familial et convivial clôturant la saison d'été.

RENTRÉE SCOLAIRE

Plus de 2000 enfants ont fait leur rentrée dans les cinq groupes scolaires publics. De nombreux travaux ont été réalisés cet été pour leur confort et bien être, dans le cadre du programme Ecoles durables. La végétalisation des cours se poursuit avec, prochainement, les plantations participatives.



LES ASSOS FONT LEUR RENTRÉE

Ce traditionnel rendez-vous de septembre a réuni une soixantaine d'associations sportives, culturelles et solidaires sur les îles de Loire le 14 septembre. Au programme : animations, démonstrations et moments de partage.

JOUR DE COLLECTE !

Le 21 septembre, les Sébastienais ont arpenté les rues pour collecter un maximum de déchets dans le cadre du World Clean Up Day. Au total, ce sont 800 € qui ont été remis à l'association Repousse. Bravo à tous !



PARENTS CHERCHENT BABY-SITTER

Comme chaque année début septembre, les jeunes parents ont pu rencontrer des baby-sitters formés par la Ville à l'occasion d'un baby-sitting dating organisé par l'Info Jeunes.

Sobriété énergétique sur l'éclairage nocturne

Depuis le 16 septembre, l'extinction de l'éclairage public est programmée de 23 h 30 à 6 h. La Ville poursuit ainsi ses actions de transition écologique.

Il s'agit de proposer un éclairage public au bon endroit et à la bonne intensité. Seuls les grands axes transversaux restent éclairés (carte complète disponible sur saintsebastien.fr). Sur ces axes, il y a un abaissement du niveau d'éclairage de 30 à 40 % pour les foyers lumineux équipés de la technologie LED. Cette extinction généralisée s'accompagne d'une modernisation du réseau : le matériel vieillissant, moins éclairant et plus gourmand en énergie, est remplacé par des éclairages modernes à LED qui consomment 60 % d'électricité en moins. D'ici 2026, Nantes Métropole aura, sur son territoire, remplacé la totalité des luminaires par des LEDs. Cette mesure permet des économies d'énergie bien sûr mais aussi elle



limite les nuisances visuelles pour les habitants et réduit **l'impact sur la biodiversité**. L'extinction permet en effet de mieux respecter le rythme biologique des espèces nocturnes.

UN PLAN D'ÉCONOMIE D'ÉNERGIE AMBITIEUX ENGAGÉ PAR LA VILLE

Cette extinction nocturne s'inscrit dans un vaste plan de sobriété énergétique eau, gaz et électricité instauré par la

Ville qui implique tous les acteurs du territoire : habitants, associations, entreprises. Les objectifs sont à la fois de réduire les émissions de gaz à effet de serre et d'économiser l'énergie (révision du plan de chauffe et amélioration des systèmes de chauffage, rénovation énergétique du bâti communal avec un budget annuel de 500 000 €).



Une aide pour planter un arbre

C'est le bon moment ! L'automne est la saison propice aux plantations d'arbres. Pour favoriser le cadre de vie des habitants, depuis le 1^{er} mars 2024, une aide financière est accordée pour l'achat d'un arbre à hauteur de 50 % du coût avec un montant maximum de 50 €. Une aide est également accordée pour l'achat d'un récupérateur d'eau.

► **Retrouvez les conditions et le formulaire en ligne sur saintsebastien.fr**



Accueils de loisirs : capacité augmentée

Depuis le 1^{er} septembre, la Ville a ouvert un nouvel espace à l'école Marie Curie, augmentant ainsi la capacité d'accueil de loisirs. Ouvert tous les mercredis, vacances scolaires et vacances d'été, il permet de recevoir 70 enfants de 3/6 ans et 90 enfants de 6/10 ans.

En cette rentrée, un nouveau mode de réservation, plus pratique, a également vu le jour concernant les vacances scolaires et les séjours.

► Plus d'infos : saintsebastien.fr

Je lis le magazine en ligne !

Dans l'objectif d'améliorer la diffusion du magazine, depuis le mois de septembre, un nouveau prestataire se chargera chaque mois de sa diffusion. Si vous ne souhaitez plus recevoir la version papier, c'est possible. Pour cela, nous vous proposons de coller sur votre boîte un autocollant spécial qui permettra d'indiquer votre choix au distributeur. Vous pouvez faire votre demande en remplissant un formulaire en ligne. Nous vous enverrons ensuite l'autocollant.



Je lis les
publications
de la Ville
en ligne !

Merci de ne pas déposer
d'exemplaire papier.



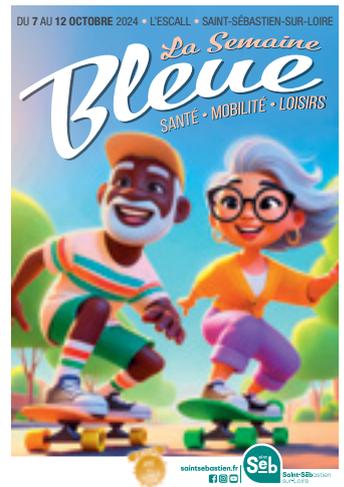
► **Formulaire et infos :**
saintsebastien.fr/la-ville/saint-seb-le-mag

Coup d'envoi de la Semaine bleue !

Du 7 au 12 octobre, partagez des temps d'information et ludiques lors de la Semaine bleue organisée à l'ESCALL. Chaque jour, un thème : l'alimentation, la santé des proches aidants, la mobilité, la culture et les sens. Stands d'information, conférences, ateliers, loto, repas partagé... le programme est varié pour tous les publics. Tout est gratuit mais **pensez à réserver pour certaines animations !**

► **Renseignements**
02 40 80 85 80.

**Programme complet disponible en mairie
et sur saintsebastien.fr**



NOUVELLES ACTIVITÉS

HUÎTRES

Une nouvelle offre d'huîtres est désormais proposée tous les dimanches matins devant la boulangerie L'Amour est dans le blé. L'ostréiculteur Christophe Chouquet et son équipe proposent des huîtres bretonnes et vendéennes.

140 rue de la Libération

Tous les dimanches matins de 8 h à 13 h jusqu'à fin mars ainsi que les 24 et 31 décembre

Commandes possibles d'une semaine sur l'autre

BAR PMU

Sabine Mustière et Vincent Couder sont les nouveaux propriétaires du Lion d'or. Une offre de snacking est proposée le midi et soir avec salades composées, hamburgers et desserts au choix. Jeux de société, fléchettes et soirées foot assurent l'animation en attendant des concerts jazz cet hiver.

Du mardi au samedi, de 8 h à 21 h et le dimanche de 10 h à 13 h 30.

125 route de Clisson

Tél. 09 67 17 38 41



Le terrain multisports de l'île Forget a été restauré

Du nouveau dans les équipements sportifs

Plusieurs travaux ont été réalisés depuis cet été sur certains sites sportifs pour plus de 2 millions d'euros afin d'améliorer le confort des usagers et moderniser les équipements.

- ▶ **Stade René Massé** : remplacement de l'ancienne cabane en bois par un modulaire et mise aux normes des espaces de convivialité (130 000 €) ; installation de nouvelles tribunes couvertes (215 000 € - fin des travaux mi octobre)
- ▶ **Stade des Gripôts** : rénovation complète du gazon synthétique (substrat naturel et amélioration du confort de jeu - 710 000 €) et remplacement des appareils d'éclairage du terrain de football n° 1 (125 000 €). Des luminaires LED ont été installés pour réaliser des économies d'énergie et améliorer la qualité de l'éclairage.
- ▶ **Gymnase de l'Ouche Quinet** : installation d'une " remorque-bar " à l'extérieur de la salle (33 000 € - livraison en octobre)
- ▶ **Chantepie** : fin des travaux de consolidation de la falaise (432 260 €) ; réfection des douches des vestiaires pour le tennis de table (sols, murs, plafonds, éclairage et plomberie - 20 000 €) ; rénovation complète des deux terrains extérieurs de tennis (278 000 €)
- ▶ **Île Forget** : rénovation du terrain multisports (40 000 €)



C'est le temps des plantations !

Plusieurs aménagements se poursuivent côté espaces verts. Des plantations sont prévues cet automne et cet hiver dans le cadre du plan Canopée.

43 arbres au total seront plantés : allée des maraîchers, rues de Provence, Louis Pasteur, de la Pyramide. Deux nouvelles parcelles de la forêt Wangari Muta seront aménagées avec la plantation de plus de 60 arbres. Une trentaine d'arbres y seront aussi plantés à l'occasion de l'action " Je grandis tu pousses ". Des plantations seront organisées dans les écoles du Douet, Centre, Fontaine et Marie Curie avec les enfants. Les agents procéderont aussi à la plantation de bulbes (narcisses, tulipes, alliums) : rond-point avenue Simone Veil, rue des plantes, promenade Anna Politkovskaya, rues de Provence et de la Noé Cottée. Par ailleurs, le jardin intergénérationnel près de la Maison de la Petite Enfance prend forme avec l'implication des habitants. Les premières plantations ont eu lieu le 25 septembre. D'autres aménagements y sont prévus d'ici le printemps.

Le don d'organe, parlons-en !



10 vies

peuvent être sauvées par un don au moment de votre décès (cœur, poumons, foie, reins, pancréas, intestin, ...)

5 600 greffes

sont réalisées par an pour 21 866 patients en attente de greffes au 1^{er} janvier 2024

50 %

Seule une personne sur deux a fait connaître son choix à son entourage

70 % des dons concernent le don de rein

1000 personnes

meurent chaque année faute de greffe



Depuis le 4 juin 2024 la Ville de Saint-Sébastien-sur-Loire est devenue officiellement, ville ambassadrice du don d'organes. Faisant encore l'objet de nombreuses croyances, le don d'organe a besoin d'être échangé pour que chacun puisse se forger un choix et le faire connaître à ses proches. Explication !



Pour tout comprendre sur le don d'organe, regardez la vidéo en scannant ce QR Code :



Comme 500 villes en France, Saint-Sébastien est Ville ambassadrice du don d'organe. Cette adhésion vient marquer un engagement durable de la Ville pour promouvoir la réflexion sur le don d'organe et la greffe.

Ce sera désormais une tradition, chaque 22 juin sera dédié à la journée nationale sur le don d'organe. En arborant un ruban vert, symbole de cette cause vous permettrez de provoquer l'échange. Cette mobilisation n'est pas vaine, en 2023, le nombre de prélèvements et de greffes d'organes a continué de progresser et celui de décès de personnes par manque de greffons, diminuer. Cette évolution positive confirme l'efficacité de ces actions et souligne l'importance de l'engagement collectif.

UN BESOIN D'EN PARLER

Cependant, le taux de refus concernant le don d'organe a également augmenté à 36 %. C'est la raison pour laquelle, il est essentiel de continuer à sensibiliser sur l'importance d'en discuter au sein des familles et des cercles proches et d'encourager chacun à partager sa position. Soutenir cette cause, c'est également rendre hommage aux donateurs, ces héros méconnus qui offrent un espoir de vie à ceux dans le besoin. Il est aussi important de reconnaître et de saluer le travail des professionnels de la santé qui contribue, chaque jour, à sauver des vies.



DE NOMBREUSES ACTIONS DE COMMUNICATION

Depuis la signature de la convention le mardi 4 juin, la Ville a souhaité rendre visible son engagement. Plusieurs actions ont été décidées : la plantation symbolique d'un arbre de vie dans le parc de l'Hôtel de Ville, de nombreuses actions de communication (dont ce dossier) à destination des habitants et agents de la Ville. Le service communication de la Ville a conçu et mis à disposition des associations une vidéo pédagogique. Elle permettra de sensibiliser le grand public bien au-delà de Saint-Sébastien.

COMMENT JE PEUX AGIR ?

Instinctivement, nous pensons bien connaître le don d'organe. En fait cela reste un sujet extrêmement sensible qui mérite de prendre un temps de connaissance. Pour cela le site dondorganes.fr permet une réelle prise de conscience de l'ensemble des sujets qu'ils recourent. Ensuite, il s'agit surtout d'ouvrir les discussions avec votre entourage proche pour connaître la position de chacun dans le respect des choix personnels.

En effet, lorsque la procédure de prélèvement est mise en place, chaque minute compte. Entre le moment où l'organe est prélevé et le moment où il est greffé, il ne faut pas dépasser 3 à 4 heures pour un cœur, 6 heures en moyenne pour un foie, 6 à 8 heures pour un poumon, 24 à 36 heures pour un rein. Ces délais sont des moyennes qui dépendent de l'état de l'organe. Connaître la décision du défunt permet à la famille d'exprimer sereinement son choix.

Vrai / Faux

En France, la loi indique que nous sommes tous présumés donateurs ?

Vrai : C'est ce que l'on appelle le consentement présumé. Cependant, le prélèvement des organes et tissus ne peut pas se faire sur une personne qui s'y était opposée de son vivant. Ainsi, si une personne est opposée à un tel prélèvement, elle peut s'inscrire sur le registre national des refus ou en informant ses proches. Le moment venu, l'équipe médicale échangera avec ses proches pour recueillir une éventuelle opposition du défunt. En parler de son vivant, c'est les soulager lors de cet entretien.

Peu de personnes refusent le don.

Faux : Alors que 80 % des Français se disent favorable à un don au moment de leur décès, 36 % des proches d'un défunt se disent opposés au moment de la décision. Cette différence s'explique par le manque de communication au sein des familles et les circonstances souvent dramatiques dans lesquelles l'équipe médicale va questionner sur le choix du défunt. En cas de doute, certains proches vont refuser. D'où l'importance de faire connaître votre choix.

Tout le monde peut donner.

Vrai : L'âge moyen des donateurs décédés prélevés en 2023 est de 57,8 ans, un chiffre stable depuis 10 ans. Il n'y a pas de limite d'âge pour donner ses organes ni pour en recevoir. Les personnes de plus de 60 ans peuvent rarement donner leur cœur, mais les reins ou le foie peuvent être prélevés chez des personnes beaucoup plus âgées. Seul compte l'état des organes.

On peut savoir de qui provient l'organe et/ou le tissu greffé(s).

Faux : En France, l'anonymat du don est l'un des trois principes fondamentaux qui régissent le don d'organes et de tissus. La famille du donneur peut cependant être informée des organes et tissus prélevés ainsi que du résultat des greffes, si elle le demande à l'équipe médicale qui l'a suivie.



Laurent Turquois, maire de Saint-Sébastien-sur-Loire

“ Quand j’ai rencontré Anne Hiegel (voir ci-dessous), le soutien de la Ville au don d’organe m’a paru évident. Ce qu’elle m’a appris sur cette cause : les besoins de visibilité, la reconnaissance nécessaire pour les malades, les histoires extraordinaires autour de cet acte désintéressé m’ont bouleversé. J’ai tenu à ce que la ville au travers de différentes actions puisse apporter sa pierre et à terme permette à chaque Sébastienais de se forger son opinion sur ce sujet sensible. ”



Anne Hiegel

Présidente de
France Rein Pays de la Loire



Olivier Francon

Donneur de moelle osseuse



Quentin Jacob

Greffé de la moelle osseuse
et des poumons

“ Le hasard a fait que ma route a croisé celle de Laurent Turquois début 2024. J’ai été heureuse de pouvoir échanger et expliquer les enjeux du don d’organe aujourd’hui en France. Expliquer ce qu’est la vie quotidienne d’un malade, prendre le temps de déconstruire des croyances autour de cet acte est essentiel pour sauver encore davantage de vies. Les Français sont extrêmement généreux que ce soit au sein des familles quand il y a greffe du vivant lors d’un don de rein (70% des greffes), mais aussi quand un drame survient et amène vos proches à prendre des décisions dans l’urgence. Aujourd’hui, je suis là pour rappeler d’en parler autour de vous. Faites connaître votre choix pour que si jamais vos proches devaient prendre une décision vous concernant ils fassent appliquer votre choix. ”

“ J’ai entendu parler la première fois du don de moelle osseuse lors d’un don du sang. J’ai vu que seuls les 18/35 ans pouvaient s’inscrire et que chaque année 2 000 personnes avaient besoin d’une greffe en France. Il faut donc un maximum d’inscrit pour trouver une comptabilité. Je me suis donc inscrit sur le site et j’ai ensuite passé une simple visite médicale avec prise de sang. 18 mois plus tard, j’ai été rappelé, car il y avait un receveur compatible en Europe. Le jour du don, j’ai juste été hospitalisé pendant 4h avec deux cathéters. À la fin j’étais très fatigué, mais j’ai pu rentrer chez moi. Je ne sais rien de la personne à qui j’ai donné. C’est un peu frustrant, mais je trouve que ce qui est beau est l’aspect désintéressé de l’acte. C’est quelque chose d’important pour moi sans en faire une gloire personnelle. J’ai eu la chance d’être donneur. J’invite vraiment chacun à s’inscrire. ”

“ Mon parcours est un peu particulier puisqu’à 36 ans je suis un double greffé, de la moelle osseuse et des poumons. Suite à un lymphome (appelé aussi cancer du sang) qui s’est déclenché en 2017, j’ai reçu une première greffe de la moelle osseuse en 2018 d’un donneur allemand. Cette greffe a permis de me sauver, mais a malheureusement eu comme effet secondaire de s’attaquer à mes poumons. Je me suis donc retrouvé en 2022 hospitalisé et placé sur la “ liste super urgence ” avec un besoin de greffe de poumons devenue vitale. J’ai ainsi eu la chance le 1^{er} juin 2022 d’être greffé et ainsi pouvoir assister, quelques mois plus tard, à la naissance de ma deuxième fille. Accepter le don d’organe c’est faire un acte désintéressé d’une extrême générosité et aussi offrir à plusieurs malades la possibilité de retrouver une vie “ presque normale ”. ”



Deux sports qui ont du chien !

Le canicross et le caniVTT, disciplines en plein essor à Saint-Sébastien-sur-Loire, allient sport et complicité avec son chien. Ces activités de traction canine, qui se pratiquent en course à pied ou à vélo, permettent de créer un véritable lien entre le maître et son chien, où l'animal guide l'allure et l'effort. Rencontre avec Laurent Lebois, habitant de la commune depuis 2022 et pratiquant passionné de caniVTT.

Ces deux disciplines, bien que proches, diffèrent par leur pratique. En canicross, le chien court relié par une ligne de traction au coureur, tandis qu'en caniVTT, l'animal est rattaché au vélo. Dans les deux cas, le chien court en tête et donne le rythme, tandis que le maître suit.

À Saint-Sébastien, les sports de traction canine gagnent en popularité. Laurent Lebois fait partie d'un groupe d'une dizaine de pratiquants actifs qui se retrouvent régulièrement sur les îles de Loire.

"C'est une activité ouverte à tous, peu importe l'âge, la condition physique ou la race de son chien. Il suffit d'avoir un chien en bonne santé et de vouloir

"C'est une activité physique et ludique, qui se pratique en harmonie avec son chien"

partager du temps avec lui", nous confie-t-il.

Si Laurent Lebois, également membre du club Canifox 44, a commencé par d'autres disciplines comme l'agility



Les disciplines de traction canine sont encadrées par la Fédération Française des Loisirs et des Sports Canins (FFLSC) : www.ffslc.fr

Canifox 44 (Sports et loisirs Canins de Loire Atlantique)
canifox44.wixsite.com/canifox44
canifox44@gmail.com
Tél. 06 71 16 07 99

et l'obéissance où il a obtenu de nombreux titres, il a rapidement trouvé son bonheur dans le caniVTT. Il nous explique : *"Que ce soit en courant ou à vélo, c'est le chien qui mène la danse. Il décide du rythme, et on veille à ne jamais lui imposer un effort trop intense. S'il s'arrête pour boire ou s'il ralentit, on fait de même. C'est une activité physique et ludique, qui se pratique en harmonie avec son animal".*

Pratiquer le canicross ou le caniVTT ne demande pas beaucoup d'équipement, mais quelques éléments sont essentiels pour assurer la sécurité et le confort du chien. Le sportif insiste sur l'importance d'utiliser un harnais adapté. *"Le harnais doit être en forme de Y, pour bien répartir les forces sur le poitrail et éviter de blesser l'animal".*

Alors, que vous soyez amateur de course ou de VTT, pourquoi ne pas essayer cette discipline en compagnie de votre fidèle compagnon ?

So.Pool, la piscine pour tous



Depuis 11 ans maintenant, So.Pool fait le bonheur des nageurs de toutes les générations et tous les niveaux. Plongée au cœur de cet équipement intercommunal qui propose une large offre de loisirs et qui s'agrandira en 2026.

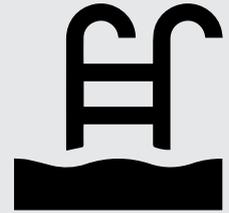
3 bassins pour toutes les pratiques

Construite à la limite de Saint-Sébastien et Basse-Goulaine, le centre aquatique So.Pool est administré par un SIVU (Syndicat Intercommunal à Vocation Unique) et est géré par la société Récréa par délégation de service public. Une quinzaine de salariés y travaillent du lundi au dimanche.

Le centre est composé de trois piscines, dont un bassin sportif de 25 mètres homologué grâce auquel le club Saint-Sébastien Natation peut organiser des compétitions. Le reste du temps, il permet aux nageurs de tous niveaux d'y pratiquer des longueurs sur les six lignes d'eau aménagées et aux nombreux scolaires d'y apprendre à nager en dehors des ouvertures au grand public.

Le second bassin, d'une profondeur de 80 cm à 1 m 40, est dédié à l'apprentissage et est accessible aux personnes à mobilité réduite via une rampe d'accès. Le troisième, composé de jets massants, est dédié à la détente et accueille des activités d'aqua fitness. Courant 2026, un bassin nordique verra le jour. Situé en extérieur, il permettra d'augmenter la capacité d'accueil et de varier les pratiques.

WEB TV Retrouvez la vidéo sur : saintsebastien.fr



UN ÉQUIPEMENT INNOVANT ET DURABLE

- ▶ Construction Haute Qualité Environnementale (HQE)
- ▶ Chaudière à condensation
- ▶ Système de chaufferie bois
- ▶ Traitement de l'eau à l'ozone pour réduire l'apport en chlore
- ▶ Grandes baies vitrées pour une luminosité naturelle maximale



Emilie Rochais, directrice de So.Pool

" À So.Pool, les plus petits ne sont pas en reste ! Une lagune accessible dès 18 mois constitue une véritable aire de jeu : accompagnés de leurs parents, les enfants peuvent profiter d'un mini toboggan et barboter grâce à des petits jets d'eaux. Des activités famille, bébés nageurs et après-midi ludiques avec structures gonflables sont également proposées. Régulièrement, nous organisons aussi des soirées à thème et animations solidaires comme à l'occasion d'octobre rose. "

En application de la loi " démocratie et proximité " du 27 février 2002, cette page est consacrée à l'expression de l'opposition du conseil municipal.

GROUPES D'OPPOSITION

LA GAUCHE ÉCOLOGISTE ET CITOYENNE

C'est par voie de presse que nous avons appris mi-septembre la perquisition menée en Mairie de Saint-Sébastien-sur-Loire par la brigade financière, dans le cadre de l'enquête préliminaire pour favoritisme et recel de favoritisme concernant la création de la Station Nuage sur l'Île Forget. Celle-ci fait suite au rapport de la Chambre régionale des comptes (CRC) qui a révélé que " La procédure suivie était irrégulière ".

Les réponses apportées par M. le Maire dans les journaux **nous semblent insuffisantes** car elles tentent de faire porter l'erreur au seul Voyage à Nantes (VAN). Il appartient à la Justice de préciser le rôle et les responsabilités entre la Ville de Saint Sébastien et le VAN notamment, et de dire si des fautes ont été commises.

Cette affaire révèle cependant **une forme d'opacité dans le fonctionnement de la municipalité** que nous avons récemment dénoncée au sujet du projet immobilier " Charlize ", près de l'Hôtel de Ville. Le Maire a refusé de rendre public le bilan phytosanitaire des arbres abattus alors que la loi l'y obligeait, et a également refusé de répondre à nos questions sur le choix du promoteur.

Répondre aux questions que se posent légitimement les habitant·e·s et apporter le plus d'informations possibles en amont des projets permettraient **une meilleure compréhension et acceptation de l'action municipale**.

La majorité nous dit que " **la Ville donne la parole aux habitants** " par le biais de politiques " innovantes " comme le budget participatif. Ce dispositif a son intérêt mais il ne doit pas cacher **les dysfonctionnements que nous percevons dans la conduite des démarches participatives** comme " ville apaisée ". Nous sommes régulièrement interpellé·e·s par des collectifs de rue ou des habitant·e·s qui n'en comprennent pas les objectifs. Nous avons aussi questionné sur l'avenir des conseils de quartier et sommes très inquiets quant à leur devenir et à la concrétisation des aménagements sur lesquels ils avaient travaillé.

Dans cette période de doutes vis-à-vis des " politiques ", soyons attentifs à ne pas démotiver les citoyennes et les citoyens qui souhaitent s'investir pour le bien commun.

Hervé CAMUS, Christelle Dugast, Jean-Yves GUILLET :
saint.sebastien.ensemble@gmail.com

Laurent KEUNEBROEK : stsebencommun@gmail.com

SAINT-SÉBASTIEN HUMAINE ET NATURE

Perquisition de la Mairie par la Brigade financière et soupçon de détournement de l'adresse mél du Chef de cabinet du Maire

Suite à la perquisition de la Mairie le 10 septembre par la brigade financière de la Division de la Criminalité organisée et spécialisée, **dans le cadre de l'enquête préliminaire pour " favoritisme et recel de favoritisme "** concernant la création de la Station Nuage sur l'Île Forget, nous demandons que toute la lumière soit faite.

Cette enquête fait **suite au rapport de la chambre régionale des comptes (CRC)** sur les comptes de notre commune sur plusieurs années. Elle a le rôle de vérifier la légalité des budgets et des procédures de toutes les collectivités en France. Elle a révélé que " La réalisation de la station Nuage a dérogé aux règles de commande publique " et que " La procédure suivie était irrégulière ".

Il appartient à la Justice de préciser le rôle et les responsabilités entre la Ville de Saint-Sébastien et le Voyage à Nantes (VAN) notamment, et de dire si des fautes ont été commises.

Les Sébastiennaises et les Sébastiennais s'interrogent légitimement et ont le droit à la vérité.

Cette **nouvelle affaire à la Mairie**, nous amène à déplorer qu'avec M. Guerriau ou M. Turquois comme maire, **quand la CRC contrôle les comptes de leur gestion, notre Ville fait l'objet d'une perquisition ensuite**. Cela avait déjà été le cas en 2016. Peu de villes font pire.

Enfin, **une autre affaire dans l'affaire** semble alourdir ce dossier et renforcer nos questionnements légitimes. La Presse a été informée de cette enquête par un courriel émanant de l'adresse électronique du propre Chef de Cabinet du Maire ! M. Turquois parle **d'usurpation d'identité et de piratage informatique**. Cela nous interroge sur **la fiabilité du réseau informatique de la Mairie et de la protection des données**, d'autant plus que beaucoup de nos concitoyens ont constitué des dossiers avec les services municipaux (écoles, cantine, accueils de loisirs...). **Là encore, nous demandons la plus grande transparence** et l'assurance que la sécurité des données personnelles du réseau de la Mairie soit garantie.

Vos élu·e·s : Michel CAILLAUD, Christine LE MENTEC-TRICAUD, Pascal COSTENOBLE

En application de la loi " démocratie et proximité " du 27 février 2002, cette demi page est consacrée à l'expression de la majorité du conseil municipal.

GROUPE MAJORITAIRE

À défaut d'avoir des critiques sérieuses et constructives sur les politiques publiques de la Ville (rappelons que la minorité vote très largement nos délibérations), l'opposition préfère les fausses allégations à l'encontre des services de la Ville.

Les agents municipaux au service de l'intérêt général

Lors du conseil du 24 juin dernier, M. Keunebroek avait remis en cause la probité et la compétence des agents de la collectivité en estimant que les avis établis par les services n'étaient nécessairement pas objectifs et recevables. Fin septembre, dans le magazine et dans la presse, les élus de l'opposition réitérèrent en s'interrogeant " sur la fiabilité du réseau informatique de la Mairie et de la protection des données " et remettant en cause le professionnalisme des agents. Ces critiques infondées ne reflètent pas le travail des agents dont nous mesurons l'implication quotidienne. Ainsi, nous entendons dans cette tribune infirmer ces allégations et rappeler notre soutien aux personnels de notre Ville.

Un réseau informatique parfaitement sécurisé

Par ignorance et incompétence, les élus d'opposition ont remis en cause la cybersécurité de notre réseau informatique. Tout d'abord, c'est l'identité d'un collaborateur qui a été usurpée sans aucun " piratage ni détournement " de son adresse électronique professionnelle mais par la création d'une adresse générée par le biais d'un opérateur externe. Rappelons ensuite que les données personnelles sont gérées dans le cadre du Règlement Général sur la Protection des Données (RGPD). Ensuite, la commune a, depuis plusieurs années, réalisé d'importants investissements notamment avec l'Agence Nationale de la Sécurité des Systèmes d'Information (ANSSI), afin de garantir un haut niveau de sécurité. Saint-Sébastien-sur-Loire est une des villes de l'agglomération les plus avancées en matière de sécurité.

Un lancement du budget participatif réussi

En début d'année, les habitants ont eu l'occasion de proposer des projets dans le cadre du budget participatif. Ce sont 64 projets qui ont été proposés, montrant ainsi l'implication de nos concitoyens pour notre ville. Les propositions, ont été analysées par un comité de suivi se composant d'élus de la minorité, d'habitants, représentants d'instances participatives et d'élus de la majorité. Du 16 septembre au 11 octobre, votez pour vos projets préférés et participez à l'évolution de notre commune.

NAISSANCES

AOÛT 2024

BLOUIN Jeanne	03/08
CHARRIER Oscar	25/08
DRIBEK Adam	22/08
GENTILHOMME Iris	11/08
HADDOUCHE Aylana	27/08
LEGRAND Arya	08/08
MENDY Nintch-Vincent	04/08
RABAH Yanis	28/08
SAMIMANANA-ROULLAND Elia	22/08
THUAUD Rosalie	18/08

DÉCÈS

AOÛT 2024

BENETEAU Jean-Marie	11/08
DAZELLE Michel	25/08
GOHENEIX épouse TESSIER Catherine	23/08
GUILET veuve POTIER Anne	21/08
HOLLOCOU-ROLLAND Anne-Sophie	15/08
LE CADRE veuve FOHANNO Anne-Marie	06/08
LIGNEAU veuve GACOIN Madeleine	10/08
LORIZ Marcel	08/08
MAINDON épouse BICHON Hélène	28/08
MANDIN Gérard	14/08
MAROCHI Guy	12/08
MASSON veuve BÉDARD Léone	06/08
PASTEAU veuve BOUREL Annie	08/08
RONAT Alain	13/08
TERRIEN Paule	01/08

PRATIQUE

MA RUE EN FLEURS

Nantes Métropole réitère l'opération Ma rue en fleurs qui permet de participer au fleurissement des rues. Tout Sébastienais peut venir chercher un sachet de graines à l'Hôtel de Ville jusqu'au **17 novembre**.



LE CCAS ACCOMPAGNE LES FAMILLES

Tout au long de l'année, le CCAS peut vous soutenir financièrement dans la prise en charge de vos enfants. Après évaluation et sous condition de ressources, des aides peuvent être octroyées pour le paiement de la restauration scolaire, les activités extra-scolaires, le centre de loisirs sans hébergement, les séjours scolaires... Plus globalement, le CCAS peut vous informer sur vos droits, vous accompagner dans vos démarches et vous orienter, si nécessaire, vers des partenaires institutionnels.

- ▶ **Des permanences sociales sans rendez-vous tous les après-midis du lundi au vendredi de 13 h 30 à 17 h, en accueil physique au pôle Solidarités, 7 rue du petit Anjou (face à l'Hôtel de Ville) ou par téléphone au 02 40 80 85 80.**

INSCRIPTIONS RENDEZ-VOUS DES AÎNÉS

Le rendez-vous des Aînés aura lieu les 24, 25, 26 et 31 janvier et les 1^{er} et 2 février 2025 à l'ESCALL avec comme chaque année, un repas et un spectacle. Tous les Sébastienais de plus de 65 ans y sont conviés. Les personnes de plus de 80 ans ne pouvant s'y rendre peuvent recevoir un colis gourmand. Un courrier explicatif a été envoyé aux personnes concernées.

Les inscriptions (repas et colis) se feront sur le marché du centre-ville : **les mardis 15 et 22 octobre** de 9 h à 12 h (gare d'Anjou) ; et le **vendredi 18 octobre** de 9 h à 12 h auprès de l'association « Allo Sébastien » place des Libertés. Si vous ne pouvez pas vous rendre à ces permanences, vous pouvez vous inscrire du 14 octobre au 15 novembre auprès du service Seniors au 02 40 80 85 80 (après-midi) ou déposer le coupon-réponse reçu par courrier au Pôle Solidarités avant le 15 novembre.

MUTUELLES SOLIDAIRES

Afin de lutter contre le non-recours aux droits et lever les freins à la réalisation de soins, le Centre Communal d'Action Sociale de la Ville a signé un partenariat avec trois mutuelles pour proposer aux sébastienais des contrats de qualité à des tarifs préférentiels.

La MCRN, MBA Mutuelle et Mutualia sont à votre disposition pour tout renseignement aux numéros indiqués ci-dessous et peuvent vous recevoir **à la Maison des Associations - 6 rue des Becques sur rendez-vous**.

Prochaines permanences :

- ▶ **MCRN** : vendredi 4 octobre 9 h à 12 h.
Sur rdv auprès d'Aurélié LE COUTURIER : 02 40 89 22 91 ou 07 87 57 33 80.
- ▶ **MBA** : jeudi 10 octobre de 14 h à 17 h 30. Sur rdv auprès d'Angelina LEROY ou Audrey MONLEAU 02 40 99 22 29 ou 06 77 94 43 49.
- ▶ **Mutualia** : les mercredis 9 et 23 octobre de 9 h à 12 h. Sur rdv auprès de Morgane CELLIER 06 49 70 22 37. **Au centre social du Douet 3 allée du 6 juin 1944.**

ARCHITECTE CONSEILS

Vous avez un projet de construction, d'extension, de surélévation, de réhabilitation ? L'architecte-conseil de la Ville, Philippe SOUSA, est à votre disposition. Il vous reçoit gratuitement à l'Hôtel de Ville sur rendez-vous d'une demi-heure maximum. Il n'est pas en mesure pour autant de vous dessiner votre projet afin de ne pas concurrencer ses confrères ou confrères architectes.

- ▶ **Prochaines permanences :**
mercredis 16 octobre ; 13 novembre ; 11 décembre
Sur rendez-vous auprès du service urbanisme au 02 40 80 85 61

CONSEILLER NUMÉRIQUE

Le conseiller numérique de la Ville est disponible pour vous accompagner dans les usages numériques. Vous pouvez le retrouver :

- **Au CCAS Pôles Solidarités** : lundi après-midi 13 h 30 - 17 h 30
- **A la Médiathèque** : mercredi 10 h - 12 h 30 / 13 h 30 - 18 h ; samedi 10 h - 12 h 30 (semaines paires)
- **Au Carrefour des Familles** : vendredi après-midi 14 h - 17 h 30
- ▶ **Contact : 06 08 41 57 05**
02 40 80 85 80 (Pôle Solidarités)
Gratuit et ouvert à tous.

AGENDA CULTUREL

Mercredis 16 et 23 octobre

TEMPS FORTS AUTOUR DE LA SANTÉ MENTALE



Dans le cadre de la semaine de la santé mentale, le Carrefour des Familles organise :

► **Santé mentale, pour un public concerné ou pensant l'être** : l'UNAFAM évoquera lors d'une rencontre la prise en charge, les répercussions sur la vie sociale et professionnelle. Les participants pourront échanger sur des situations vécues : mer. 16 octobre de 19 h à 21 h à la Maison de la Petite Enfance.

► **Santé mentale, tous concernés** : souvent réduite à la seule psychiatrie, la santé mentale véhicule de nombreux tabous et préjugés. Un atelier d'échanges animé par la mutuelle MCRN et le service des préventions sociales visera à déconstruire ces a priori, à mieux cerner les troubles psychiques : mer. 23 octobre de 19 h à 21 h à la Médiathèque.

► **Atelier Stress et confiance en soi** : pour les 12-14 ans, des outils pour mieux te connaître et gérer tes émotions. Mer. 23 octobre de 14 h 30 à 16 h 30 au Carrefour des Familles.

Gratuit sur inscription au 06 13 36 95 75 ou carrefourdesfamilles@saintsebastien.fr

EXPOSITIONS

Jusqu'au 14 octobre
Hôtel de Ville

HISTOIRE DES QUARTIERS

Portechaise, Métairie, le Bourg... Dans cette exposition historique créée en 2020, découvrez les secrets des quartiers de Saint-Sébastien grâce à des photos d'époques étonnantes.

Du 15 oct. au 15 nov.
Hôtel de Ville

LES TROIS A & HARMONIE ET COULEURS S'EXPOSENT

L'association des AAA et Harmonie et Couleurs proposent une exposition commune d'œuvres variées. Peintures à l'huile, aquarelles... Entrée libre aux horaires d'ouverture
Infos : saintsebastien.fr



Samedi 19 et dimanche
20 octobre, de 10 h à 19 h
Gare d'Anjou

ITINÉRANCE(S) ABSTRAITE(S)

Photographie et art textile, par Pascal Guegan et Isabelle Pavoine

Deux artistes, deux univers pour un voyage commun au cœur de l'abstrait où les matières et les couleurs invitent à poser un autre regard sur les éléments qui nous entourent. Des œuvres qui subliment les détails et font (re)naître ce qui pourrait disparaître.

THÉÂTRE

Vendredi 18 octobre, 19 h 30
CIT

LE MÔME PIAF

d'Eric Ferrat
L'homosexuel et la chanteuse. Le récit d'un petit garçon qui découvre sa sexualité en même temps qu'il rencontre une voix.

CONCERT

Vendredi 18 octobre, 19 h,
Ecole de musique

ATELIERS MUSIQUES ACTUELLES ET JAZZ

Dans le prolongement de leur apprentissage, les élèves de l'école de musique proposent un moment de partage et de rencontre autour de leurs productions. Ce concert est également l'occasion de découvrir les divers courants artistiques issus du Rock, du Folk et du Jazz.

Ouvertures des portes 18 h 30
Entrée libre dans la limite des places disponibles.

Mercredi 23 octobre,
de 14 h 30 à 16 h 30
Carrefour des Familles

STRESS ET CONFIANCE EN SOI POUR LES COLLÉGIENS

Atelier animé par Estelle ROGUET, "Emotionnelle & créative"

Viens participer à notre atelier ludique et interactif ! Tu découvriras des outils

pratiques pour mieux te connaître et gérer tes émotions au quotidien.

Pour les jeunes de 12 à 14 ans
Gratuit sur inscription
au 06 13 36 95 75 ou
carrefourdesfamilles@saintsebastien.fr

NUMÉRIQUE

Mardi 15 octobre de 9 h 30
à 11 h au Carrefour des
Familles

FRANCE CONNECT C'EST QUOI ?

Atelier adultes animé par Sylvain Ratton, conseiller numérique

Tout savoir sur France Connect ! Découvrez son intérêt et apprenez son mode de fonctionnement. Gratuit sur inscription au 06 13 36 95 75 ou carrefourdesfamilles@saintsebastien.fr

Mardi 22 octobre de 15 h
à 17 h au Carrefour des
Familles

ABORDEZ LES RÉSEAUX SOCIAUX AUTREMENT

Temps familial animé par Sylvain Ratton, conseiller numérique
Grâce à l'outil pédagogique @H...Social, gérez le profil d'un personnage sur les réseaux sociaux : " Si j'étais... ". Devenez les premiers à atteindre la barre symbolique du million d'abonnés en publiant différents contenus même si quelques événements inattendus viennent pimenter la partie.
À partir de 13 ans
Gratuit sur inscription au 06 13 36 95 75 ou carrefourdesfamilles@saintsebastien.fr

AGENDA DES CLUBS ET ASSOCIATIONS

Samedi 19 et dimanche 20 octobre, 10 h à 19 h,
ESCALL

EXPO-VENTE DE MINÉRAUX ET FOSSILES

Par le Club de Minéralogie et Paléontologie de Saint-Sébastien
Ce salon de minéraux, fossiles et pierres taillées réunit chaque année une trentaine d'exposants venant de toute la France et de l'étranger. Cette 41^e édition sera agrémentée d'une exposition pédagogique sur le thème des " Mines et minéraux de Bretagne ". Minéraux, documents d'anciennes exploitations, panneaux didactiques, outils et lampes de mineurs retraceront l'histoire de ces mines qui ont fait, jadis, la réputation et la richesse de la Bretagne.

Tarifs : 4 € adultes, 2 € moins de 16 ans, gratuit moins de 12 ans accompagné d'un adulte

Bar et restauration sur place

Plus d'infos : cmpssl.fr ou cmpssl44@gmail.com



Samedi 19 octobre, 18 h
Stade René Massé

MATCH DE FOOTBALL (M)

St-Sébastien / Le Poiré-sur-Vie

Infos : ssfc.fr



Dimanche 20 octobre
Gymnase du Douet

MATCH DE BASKET (M)

St-Sébastien / Beaujoire

Basket Club

Infos : saint-sebastien-basket.fr

Dimanche 20 octobre,
15 h 15

Stade René Massé

MATCH DE RUGBY (M)

St-Sébastien / Pays de Lorient

Infos : rcssbg.ffr.fr

Dimanche 27 octobre
Île Pinette

CONCOURS COMPLET D'ÉQUITATION

Infos : clubdesiles.net



ANIMATIONS

Samedi 12 octobre, 19 h 15
Salle de la Noë Cottée

DÎNER-SPECTACLE

Avec Laura La Mori et ses danseuses de flamenco
Soirée caritative de flamenco organisée par Transe'n'dances au profit de l'association Nakhil.

Au programme : paëlla, danses, musique...

Tarifs : 40 € adultes /

15 € enfants de moins de 10 ans

Réservations avant le 5 octobre au 06 16 44 73 37

Samedi 26 octobre, 19 h 30
ESCALL

DÎNER-SPECTACLE

Au profit de l'association Ô ma vie
Soirée sous le thème plumes, strass et paillettes.

Tarifs : 40 € adultes

15 € enfants de moins de 12 ans

Réservations avant le 10 octobre

Infos : omavie.org

Mardi 29 octobre, de 14 h 30 à 19 h, ESCALL

THÉ DANSANT

Animé par Joël Moreau

Entrée : 8 € adhérent Orpass, 10 € non adhérent (brioche et boisson comprises)



SPORT

Samedi 5 et dimanche 6 octobre
Départ de l'anneau cycliste-roller

FESTI LOIRE ROLLER

L'ALSS Roller Skating propose un week-end de randonnées à roller pour découvrir la campagne nantaise à travers la Loire et ses vignobles.

Randonnée niveau verte ouvertes aux licenciés et non-licenciés / Infos :

festi-loire-roller.netlify.app

 ALSS Roller Skating

Dimanche 6 octobre
Boulodrome de la Pyramide
CHAMPIONNATS DE PÉTANQUE

Championnat des clubs Open Division 1 et féminins.

Infos :

petanquesebastiennaise.home.blog

Dimanche 6 octobre
Départ de la Station Nuage
L'ÉTINCELANTE

Par l'association Ma Parenthèse
Course de solidarité au profit de la lutte contre le cancer.

Inscriptions : timepulse.fr

Samedi 12 octobre, 19 h 15
Gymnase Luc Abalo
MATCH DE HANDBALL (F)

St-Sébastien / Montluçon

Infos : 3slhb.fr



NOUVEAU SITE POUR LES 3A

Le site des 3A fait peau neuve. Retrouvez désormais toutes les activités, contacts et actualités de l'association sur aaastseb.fr

LES MEILLEURS
ATHLÈTES FRANÇAIS



Championnats de France de bike and run

Le dimanche 13 octobre, les îles de Loire s'apprêtent à accueillir pour la première fois les championnats de France de Bike and run, discipline affiliée à la Fédération Française de Triathlon. Zoom sur cette activité de plus en plus en vogue et accessible dès 6 ans.*

Né aux Etats-Unis dans les années 90 le "bike and run" tient son origine du "ride and run", un sport de course consistant à réaliser une distance en binôme, l'un à cheval, l'autre à pied. La course équestre étant parfois difficile dans des zones boisées et escarpées, le cheval a assez vite fait place au VTT.

Le principe du bike and run est assez simple : **rallier l'arrivée de la course en même temps que son partenaire, l'un à pied, l'autre à vélo**, en sachant qu'il est possible d'alterner à tout moment. Sport nature par excellence, les contraintes météo et les aléas du terrain font partie de l'intérêt et de la beauté de cette activité en plein essor.

Encadrée par la Fédération Française de Triathlon, le Bike and Run compte de nombreuses compétitions nationales et régionales, ainsi que des rendez-vous familiaux plus accessibles. Si les compétitions officielles se disputent traditionnellement sur une distance "S" (45 minutes à 1 h 15), d'autres formats permettent de contenter tous les athlètes : moins de 45 minutes ou plus de 2 h. Pour les jeunes, on retrouve aussi des durées d'épreuves adaptées à chaque catégorie d'âge, dès 6 ans et jusqu'à 18 ans.

Lors des **championnats de France, organisés pour la première fois à Saint-Sébastien le 13 octobre**, les équipes seront mixtes, féminines ou masculines et s'affronteront sur une distance de 18 km. Une course XS (8 km) ainsi que deux courses jeunes (10-11 ans 4 km et 6-9 ans 2 km) sont également au programme.

► **Dimanche 13 octobre / Entrée libre pour les spectateurs**
Horaires : 9 h 30 XS Open, 10 h 45 jeunes, 11 h 30 ch. France Femmes et Mixte, 13 h 30 ch. France Hommes, 15 h 30 podiums /
Infos et inscriptions : trivelece.com

*faire du vélo et courir

06
oct.
2024

Restauration
sur place

L'étincelle ante

4^{ème}
édition

Course solidaire
au profit de la lutte contre le cancer



de Saint-Seb'
à Basse-Goulaine

4 épreuves

Ouvert à
tous

- RDV 9h
• 10 km de marche sportive
- RDV 9h30
• 5 km de marche
- RDV 10h15
• 10 km de course
- 5 km de course



Inscriptions sur
www.timepulse.run

Remise de chèques - 12h
Participez au challenge entreprise



Avec la participation de la



Et le soutien de

