

# Le sport crée des liens

Autor(en): **Seifert, Kurt / Birgaentzle, Alexandra**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **PS info : nouvelles de Pro Senectute Suisse**

Band (Jahr): - **(2003)**

Heft 2

PDF erstellt am: **22.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-789485>

## **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

## **Haftungsausschluss**

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

## Le sport crée des liens

**Après avoir été un sportif très actif avec des ambitions, il privilégie aujourd'hui le contact avec la nature. This Fehrlin est responsable du centre spécialisé «Aînés+Sport» de Pro Senectute Suisse.**

Il a fait partie de l'élite du handball suisse et le sport est resté son monde: il a été professeur de gymnastique pendant 20 ans et cela fait presque 11 ans qu'il a pris ses fonctions au centre national de Pro Senectute Suisse. Grâce à l'expérience du jeu en équipe, This Fehrlin lie facilement contact; c'est un collègue, un conseiller et un expert coopératif.

Dans le sport des aînés, l'importance est donnée au «mouvement»: à un certain âge il ne s'agit plus d'aller toujours «plus vite et plus loin». Il faut plutôt prendre conscience qu'un corps qui n'est plus tellement capable de performances peut être en harmonie avec l'esprit et l'âme.

### Du plaisir à la tâche

«Enfant déjà je bougeais beaucoup» dit-il. À 17 ans il suit une formation de moniteur de sport dans le cadre des cours préparatoires au service militaire. Il est resté longtemps fidèle à l'armée – non qu'il soit un fanatique des armes mais parce qu'il apprécie l'esprit de camaraderie. Il s'est ensuite dédié à l'athlétisme, mais le handball s'est révélé son sport favori.

Il aimait transmettre des enchaînements de mouvements et les mettre en relation avec les mouvements des autres joueurs. Il suit donc une formation pour devenir entraîneur et, plus tard, forme lui-même des entraîneurs. «En parallèle», This Fehrlin fréquente l'école normale et devient instituteur. Il enseigne à l'école primaire et fonde une famille. À 29 ans il débute une formation (il est le plus âgé de sa classe à l'époque) de maître de gymnastique.

### Assurer la qualité

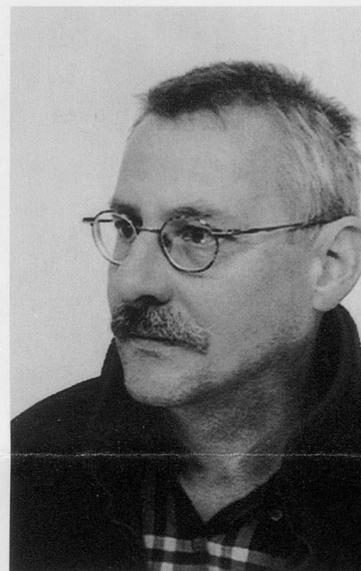
Il ne s'est pas seulement adonné au sport et engagé pour l'armée, il a également fait de la politique dans son canton d'origine, Schaffhouse. Aujourd'hui, à 58 ans, il constate qu'à cette période il n'était pas toujours assez présent pour sa famille. C'est par le truchement de sa femme, qui donne des cours de gymnastique depuis plus de 30 ans pour Pro Senectute, qu'il a eu connaissance du travail de la fondation. Il était justement à la recherche d'un nouvel emploi au moment où le poste de responsable de la formation «Aînés+Sport» était à pourvoir au centre national de Pro Senectute Suisse.

Sa tâche principale, en tant que responsable d'«Aînés+Sport», est d'assurer la qualité de la formation des moniteurs et monitrices de groupes d'aînés. This Fehrlin a des contacts étroits avec «la base»: il veut savoir comment se déroulent, pratiquement, les cours de formation. Il collabore aussi beaucoup avec les responsables «Aînés+Sport» dans les cantons.

### Le sport adapté aux aînés

Il fait partie d'un groupe de travail, réunissant des représentants des autorités fédérales et de prestataires d'activités sportives, qui a développé, pour enseigner le sport aux aînés, une méthode pédagogique de base utilisée lors des cours de formation pour les moniteurs et les monitrices. Il est aussi membre d'une commission permanente qui contrôle la mise en application des directives de Macolin.

Pendant son temps libre il fait de la randonnée et du vélo. Il ne cherche plus à atteindre les limites de ses capacités physiques. Il préfère contempler la nature au fil des saisons. On peut le voir sur le Rhin, en été, sur une barque traditionnelle de pontonnier (10 mètres de long, étroite, à fond plat) qu'il dirige debout contre le courant, en «piquant» la rame sur le fond du fleuve: une manière calme de se déplacer par la force musculaire. *kas/bial*



This Fehrlin