



Comité FSGT Val de Marne

Semaine de formation

Du 6 au 11 mars 2017 - Retour sur les temps forts



UNIVERSITÉ
PARIS-EST CRÉTEIL
VAL DE MARNE



SOMMAIRE

Faire de la sociologie pour changer la politique...ou comment faire évoluer les activités de la fsgt pour mieux répondre aux besoins de la population ? Jeudi 9 mars 2017

Les associations doivent avoir en main des analyses de portée objective sur le long terme

Développer l'engagement bénévole et salarié dans des équipes d'animation sportive: pourquoi ? Comment ? Lundi 6 mars 2017

Politique financière et politique de développement dans les grands clubs omnisports: l'œuf ou la poule ? Mardi 7 mars 2017

Un cadre de référence pour une politique financière visant le développement dans les clubs omnisports

L'aventure motrice de l'enfant et l'intérêt des ateliers parent enfant

« Courbures lombaires et cervicales, mobilité articulaire pour en finir avec les erreurs »
Jeudi 10 mars 2017

FAIRE DE LA SOCIOLOGIE POUR CHANGER
LA POLITIQUE...OU COMMENT FAIRE
EVOLUER LES ACTIVITES DE LA FSGT POUR
MIEUX REpondre AUX BESOINS DE LA
POPULATION ? JEUDI 9 MARS 2017

*La journée de travail du 9 mars 2017
organisée par le comité FSGT Val de Marne et
la Ligue Ile de France visait à comprendre les
besoins de la population en Ile de France et à
repérer les décalages entre les pratiques FSGT
dans chaque département francilien et les
besoins repérés par la sociologie. Au-delà il
s'agissait d'apporter des outils sur la
démarche de travail pour permettre à chacun
de réaliser le même type de travail dans sa
ville, son département, son activité.*

L'Institut National de la Statistique et
d'Etudes Economiques et l'Institut Régional
de Développement du Sport publient
régulièrement des dossiers d'analyse sur
l'évolution des populations et les pratiques
sportives des Franciliens. Comment s'en servir
pour pointer des décalages entre les
pratiques proposées par les clubs et les
motivations des franciliens ?

La tâche proposée aux responsables de
comités et de clubs a consisté à analyser les
données sociologiques pour en dégager des
clés de compréhension de l'évolution des
effectifs FSGT en région et par comité.

Une croissance soutenue de la population francilienne ces dix dernières années

Depuis dix ans la population en Ile de France
vieillit et rajeunit en même temps. Constat
déjà opéré dans le Val de Marne lors des
semaines de formation 2009 et 2013.

Avec des nuances à apporter selon que l'on
s'approche du cœur de l'agglomération ou
que l'on aille vers la grande couronne. A Paris

*Les départements où les taux d'équipements
sont les plus faibles ont la part de pratiquants
autonomes la plus forte. Ces derniers
s'approprient les espaces publics et s'adaptent.*

intramuros, une augmentation de la
population plus faible, alors qu'ailleurs en Ile
de France la population y est à la fois plus
jeune, plus âgée, plus féminine, plus familiale.
Il y a plus de naissances que de populations
qui s'installent.

L'augmentation est homogène et continue en
petite couronne ainsi qu'en grande couronne
mais cette augmentation est inférieure pour
Paris Intramuros. Le classement des
départements les plus dynamiques : 1^{er} le 77 ;
2^{ème} le 91 ; 3^{ème} le 93. Avec une
caractéristique : la densification et une
augmentation qui se fait autour des villes.

L'Ile de France plus jeune, plus féminine et où les plus de 60 ans sont en meilleure santé

Région plus jeune que la moyenne à la
fécondité élevée, la mortalité y est plus faible
que dans le reste du pays. Les plus de 60 ans y
sont en meilleure santé. La part des femmes
âgées de 15 à 49 ans est plus importante que
pour le reste de la France (48% contre 43%)

La fécondité est plus élevée en grande
couronne qu'ailleurs (sauf dans le 93) en
raison d'une forte proportion de couples et
de familles. Dans Paris intramuros il y a plus
de célibataires qui le restent plus longtemps.
Ce sont d'abord des femmes diplômées,
cadres, qui ont des enfants plus tard. Il y

existe aussi plus de couples sans enfants que dans les autres départements.

Dans le 93, le taux de fécondité est important (2.46) avec une population immigrée importante et un niveau de diplômes plus faible que dans les autres départements.

Les seniors seront de plus en plus nombreux et de plus en plus sportifs.

Les démographes estiment dans l'hypothèse d'un taux de pratique sportive en 2030 identique à celui observé aujourd'hui, que les seniors qui pratiquent des activités sportives seront environ un demi-million de plus qu'aujourd'hui. Il y a donc un enjeu de maintien de l'indépendance physique et de lien social.

Pour les hommes et les jeunes, la pratique en club est plus à risque que la pratique autonome.

Au contraire des plus de 55 ans pour qui la pratique encadrée est moins à risque que la pratique autonome.

Inégalités d'accès et freins à la pratique

Malgré la massification de la pratique sportive dans la population ces cinquante dernières années, les inégalités persistent dans l'accès aux pratiques sportives de qualité. Un quart des franciliens de plus de 15 ans expriment des freins à la pratique : le coût des cotisations, les horaires qui ne conviennent pas, le manque de temps, les autres activités en concurrence. Les hommes, les jeunes, les cadres et les plus diplômés sont plus nombreux à pratiquer au moins 1 heure par semaine.

Les hommes disposent de plus de temps libre que les femmes, en particulier quand elles vivent en couple avec des enfants. Ainsi les femmes en couples avec enfants et les

familles monoparentales accèdent moins aux APS qu'elles soient encadrées ou en autonomie. Les cadres ont une plus grande maîtrise de leur emploi du temps malgré le fait qu'ils travaillent plus que les employés et ouvriers.

Même constat pour les plus de 55 ans qui ont moins de chances que les autres catégories de la population de pratiquer une activité physique encadrée alors qu'elles considèrent que le sport encadré¹ provoquent chez eux moins de blessures.

Quant à la compétition, elle reste l'apanage des hommes de moins de 30 ans et des jeunes quand les femmes, les plus petits et les plus vieux iront plus souvent vers des activités non compétitives avec des motivations liées à l'éducation physique, la santé, au lien social et à l'entretien physique.

Les personnes atteintes de maladies chroniques font moins de sport alors qu'elles en auraient besoin. Ces chiffres diminuent dans les sports où l'accès est libre (parcs et autres)

La pratique autonome est moins discriminante que la pratique encadrée. On y retrouve presque autant d'hommes que de femmes et la pratique est stable tout au long de la vie. Une même personne peut exercer des activités dans les deux modalités de pratique.

Où sont les décalages avec les activités proposées dans les clubs FSGT ?

Lorsque l'on compare l'évolution démographique de la population francilienne avec les effectifs de la FSGT en Ile de France sur la même période (2009-016) on constate que la FSGT capte les femmes et les plus de

55 ans mais de façon inégale selon les comités (cf. le tableau par comité).

En revanche elle ne capte plus ou pas assez les besoins qui s'expriment dans la population. En effet, alors que les activités les plus pratiquées par la population sont la marche, la natation, le vélo, la gymnastique à visée santé et la course à pied, ces activités ne se retrouvent pas dans le top 5 des activités FSGT. De la même façon, les effectifs FSGT subissent une baisse chez les enfants, là aussi inégale selon les comités, alors que la population francilienne rajeunit.

On pratique sur son temps libre. 72% le weekend. 72 % des franciliens profitent des déplacements pour faire de l'exercice physique (marche, vélo)

La FSGT capte les milieux populaires

Ces constats restent à pondérer par une analyse plus fine des catégories socioprofessionnelles chez les adhérents FSGT. En effet, l'atlas des fédérations sportives publié par le ministère de la jeunesse et des sports relevait que la FSGT était la fédération multisports la mieux classée dans les quartiers prioritaires de la ville. Ainsi, si la FSGT capte peu les populations qui se développent en Ile de France, elle s'adresse beaucoup plus que les autres aux catégories des milieux populaires qui accèdent le moins aux activités physiques et sportives. D'autre part, une action politique pour obtenir des équipements sportifs adaptés et proposer des activités qui collent aux motivations produit des effets sur la longue durée. Voilà comment interpréter la hausse sur la période 2009 – 2016 des effectifs dans les activités foot à 7 et Escalade.

Des axes de travail pour la FSGT en région

La FSGT dispose de marges de développement pour peu que les clubs soient accompagnés dans le renouvellement des activités. Les freins à la pratique recensés suggèrent une politique de cotisation adaptée dans les clubs avec une formation de l'encadrement majoritairement bénévole.

En petite couronne, il existe une offre de proximité avec une densité d'équipements au km² plus importante qu'en grande couronne. En revanche le taux d'équipements par habitant y est plus faible. En grande couronne la densité en équipements est plus faible avec pour conséquence un éloignement des équipements. Il existe par ailleurs une faible diversité des équipements limitant la palette d'activités.

Quant aux activités à développer, les décalages repérés vont dans le sens de développer dans les clubs les activités en direction des familles, des seniors, des femmes... Sur le terrain de la santé et du maintien du capital physique, sur les pratiques d'éducation à la motricité.

La question des équipements sportifs de proximité adaptés à la diversité des besoins et proches des lieux de vie et des lieux de travail suppose d'avoir une stratégie fédérale dans la durée pour influencer les politiques publiques. Reste à définir le niveau d'action pertinent avec toutes les réformes territoriales en cours qui laissent planer des incertitudes sur les compétences qui seront attribuées aux territoires et au Grand Paris en matière d'équipements sportifs.

Les municipalités seront-elles en capacité dans dix ans de pouvoir financer des équipements sportifs ?

Quant à la pratique autonome dans les parcs sportifs, le comité FSGT des Bouches du Rhône illustre les possibilités d'innovation dans les formes de coopération avec les collectivités territoriales pour proposer un encadrement régulier aux pratiquants réguliers mais autonomes qu'on retrouve tous les week-ends dans les parcs.

Enfin la question de la pratique autonome renvoie en écho au problème de comment associer ces pratiquants à la vie associative. Claire Peuvergne Directrice de l'IRDS fait cette remarque « *L'impact d'internet constaté dans bien des domaines, qui s'accompagne de nouvelles formes de transmission du savoir et de socialisation, est tout aussi prégnant dans le champ du sport. La génération des réseaux sociaux organise plus facilement sa pratique dans des groupes informels. Elle s'auto-organise via d'autres circuits que le milieu associatif et sportif traditionnel. Des disciplines « nouvelles » apparues dans l'espace public se sont diffusées grâce à des vidéos postées sur le net.* »

Pour une co-construction des politiques publiques

L'IRDS propose que le renouvellement de l'offre des pratiques, des équipements plus innovants et la formation des encadrants soient des axes privilégiés. Les politiques publiques sont décisives si elles développent l'aménagement des itinéraires et équipements sportifs proches des lieux de travail et des lieux de vie. Ainsi la coopération entre les différents services publics (santé, environnement, transport, sport, urbanisme) ainsi que les associations sportives est un enjeu. Si les débats actuels dans la FSGT s'attachent à transformer son fonctionnement et sa structuration, il est aussi grand temps de refaire de la sociologie pour transformer nos pratiques et accompagner nos clubs vers le développement de nouvelles activités. Une journée de travail qui en appelle d'autres.



« LES ASSOCIATIONS DOIVENT AVOIR EN MAIN DES ANALYSES DE PORTEE OBJECTIVE SUR LE LONG TERME »

En un demi-siècle, l'accès aux loisirs et au sport en particulier s'est démocratisé et massifié.

Chaque génération pratique un peu plus que la précédente. Seule une personne sur trois née avant 1955 a côtoyé une association sportive au cours de sa jeunesse, contre les trois-quarts des personnes nées entre 1981 et 1992. La part des jeunes Franciliens ayant débuté une activité sportive en club avant 8 ans est passée de 12% pour les générations nées avant 1955, à 47% pour celles nées entre 1965 et 1975, et 59 % pour les jeunes nées entre 1981 et 1992.

L'offre sportive de proximité s'est développée :

18 % des personnes nées avant 1965 ont choisi une pratique sportive parce que c'était la seule qui s'offrait à eux dans leur environnement proche ; cette proportion n'est plus que de 3% chez les jeunes nés entre 1981 et 1992. Les Franciliens ont ainsi pu essayer de multiples activités sportives au cours de leur enfance. Ils ont capitalisé des expériences diverses qui viennent enrichir les choix qu'ils opèrent aujourd'hui.

La fidélité à la première discipline choisie au cours de l'enfance s'en trouve atténuée par rapport aux générations précédentes. La moitié des personnes nées avant 1955 s'engageait dans une première activité pour une durée supérieure à 6 ans alors que les jeunes nés entre 1981 et 1992 n'y restent en moyenne que 3 ans. Un constat qui a conduit certains observateurs à qualifier cette génération de « zappeurs », incapable de constance dans ses choix initiaux.

En réalité, elle persévère à faire du sport et non pas un sport. Elle affirme ses choix au fur et à mesure qu'elle s'émancipe, en fonction de ses besoins et de ses envies et ce parce qu'elle en a désormais la possibilité. En club elle jugera de la qualité de l'ambiance et de l'encadrement, de la variété des pratiques offertes (loisir, compétitif...).

Si elle ne trouve pas en club ce qu'elle recherche, elle pratiquera hors encadrement en solo, entre

amis ou connaissances, dans une autonomie assurée et assumée.

Probablement parce qu'au fil du temps le rapport au sport des générations s'est simplifié, vulgarisé : apprentissage des gestes sportifs à l'école, multiples pratiques en clubs dans l'enfance, support de connaissances et de contrôle de plus en plus accessibles et performants (cardio fréquencemètre, applications sur support téléphonique, revues spécialisées, etc.).

L'impact d'internet constaté dans bien des domaines, qui s'accompagne de nouvelles formes de transmission du savoir et de socialisation, est tout aussi prégnant dans le champ du sport. **La génération des réseaux sociaux organise plus facilement sa pratique dans des groupes informels. Elle s'auto-organise via d'autres circuits que le milieu associatif et sportif traditionnel.** Des disciplines « nouvelles » apparues dans l'espace public se sont diffusées grâce à des vidéos postées sur le net.

Toutes ces évolutions, celles en court et celles à venir, conduisent les associations et les collectivités à constamment adapter leur offre pour accompagner le développement de la pratique sportive dans les meilleures conditions. Les associations sont des capteurs de tendances, elles perçoivent en général ces changements directement sur le terrain sans toujours pouvoir les expliquer et s'accorder du temps pour les comprendre. Pour cela elles doivent avoir en main des analyses de portée objective sur le long terme et connaître les tendances lourdes qui s'annoncent pour ne pas être uniquement en réaction mais aussi en anticipation. Des indicateurs tels que : vieillissement de la population, nouvelles formes d'engagement dans le milieu associatif, « émiettement » du temps de travail pour une partie de la population, intégration des questions environnementales dans le quotidien..., sont autant d'éléments qui modifient et vont modifier le rapport au sport des citoyens dans les prochaines années.

Claire Peuvergne – Directrice de l'Institut régional de Développement du Sport

DEVELOPPER L'ENGAGEMENT BENEVOLE
ET SALARIE DANS DES EQUIPES
D'ANIMATION SPORTIVE: POURQUOI ?
COMMENT ? LUNDI 6 MARS 2017

La baisse des moyens locaux questionne la capacité des clubs à assumer dans les prochaines saisons les salaires de l'encadrement sportif. Dans le même temps où les prix des cotisations sont perçus comme des freins à la pratique par 25% des franciliens interrogés par la très récente enquête de l'Institut Régional de Développement du sport.

Sous la pression de l'Etat qui incite régulièrement le mouvement sportif associatif à développer de l'emploi sportif et sous les recommandations des fédérations délégataires, les clubs omnisports sont incités à résoudre les problèmes de l'encadrement sportif en embauchant des salariés pour animer les activités. Qu'en sera-t-il si ces aides sont supprimées comme le proposent certains candidats à la présidentielle ou bien si « l'uberisation » des relations contractuelles de travail instaure et accentue le précaire et de la concurrence y compris dans la vie associative sportive? Par ailleurs, la concurrence sur les activités non compétitives qui s'est installée avec les pratiques du marché privé et avec certaines pratiques sportives municipales crée une zone d'incertitude. Qu'en sera-t-il de l'équilibre financier des clubs si ces derniers perdent par centaines des adhérents non compétiteurs ?

L'enquête de France Bénévolat tord le cou aux idées reçues

La principale richesse des associations sportives repose sur l'engagement bénévole. Sur 13 millions de bénévoles associatifs tous secteurs confondus le sport a vu son taux d'engagement progresser entre 2010 et 2016 de 22 à 24% selon les enquêtes sociologiques de France Bénévolat. Loin des clichés et des opinions répandues sur la disparition du

bénévole ou l'incapacité d'avoir un encadrement sportif bénévole faute de compétence ou de disponibilité, les enquêtes invitent les clubs à s'adapter aux évolutions de l'engagement associatif et à renouer avec leur fonction première : développer la responsabilisation et l'engagement des adhérents dans la prise en charge citoyenne et solidaire de leur activité. Toujours entre 2010 et 2016, France Bénévolat met en évidence de nombreux progrès concernant la nature et la forme de l'engagement : le nombre de bénévoles en chiffres absolus progresse. Un engagement plus régulier et moins ponctuel. Les 15/35 ans s'engagent plus. Une progression de l'engagement chez les moins diplômés ce qui suggère une démocratisation des associations au profit des populations qui ont moins de facilités pour s'engager. En revanche le durcissement des conditions de départ à la retraite conjugué à la « concurrence » entre solidarité familiale et solidarité externe vient expliquer la baisse de l'engagement chez les plus de 65 ans.

Les clubs ont déjà la solution

Il existe des portes de sorties et des alternatives pour continuer d'animer des activités et de développer le nombre d'adhérents dans les clubs. A condition pour les associations sportives de former leur encadrement sportif en s'appuyant sur l'expérience précieuse des salariés et des animateurs bénévoles les plus expérimentés. De telles expériences existent déjà, d'autres peuvent se développer pour peu qu'on les impulse et qu'on les accompagne.

Doubler ses animateurs et ses adhérents en s'appuyant sur des équipes d'animation bénévole et un accompagnement salarié

L'expérience des animateurs de la section enfants de l'ES Vitry, engagée depuis 25 ans dans le modèle des équipes d'animation vient apporter des ingrédients à la recette. La section a vu le nombre de ses adhérents et de ses animateurs doubler en 12 ans. Aujourd'hui, 500 enfants sont animés par une trentaine d'animateurs bénévoles âgés de 15 à 35 ans.

Quitter le modèle de la prestation de services

Le résultat d'un choix stratégique et associatif bien affirmé : embaucher un salarié non pas pour animer les activités mais pour former et accompagner les jeunes animateurs bénévoles. Au-delà du choix de ne pas professionnaliser l'animation de l'ensemble des créneaux, relevons ici ce qui relève des conditions à réunir pour favoriser l'engagement des individus.

Partir des individus pour adapter leurs possibilités d'engagements dans l'association

Solliciter en permanence les pratiquants des autres activités et les copains en partant des motivations et des disponibilités des individus. Faciliter la responsabilisation par crans successifs en intégrant les moins expérimentés dans des doublettes ou triplettes d'animation composée d'animateurs plus expérimentés.

Créer un environnement favorable à la transmission de l'expérience

Bien définir les missions du salarié et orienter son action vers l'accompagnement sur le terrain, l'évaluation et la formation de l'action d'encadrement des animateurs, la préparation avec eux des séances. Former les animateurs expérimentés pour en faire de véritables formateurs de terrain. Créer les conditions de la convivialité et d'une bonne ambiance favorable aux échanges et à la

confiance mutuelle. Instaurer des temps réguliers de formation en appui sur les animations sportives des stages vacances organisés par le club en direction des enfants de la ville. Appuyer ces formations par l'organisation de BAFA Omnisports avec le comité FSGT. Organiser des formations internes en appui sur le stage du club omnisports qui existe depuis 45 ans.

Développer l'accès aux responsabilités des milieux populaires par l'engagement bénévole

Nous le disions plus haut l'engagement bénévole des moins diplômés progresse en France sur les 6 dernières années. Dans le département du Val-de-Marne ; il existe de nombreux bassins de population où les classes populaires sont majoritaires.

Les clubs omnisports, eux, ont été créés avant tout pour répondre aux besoins de pratique sportive des classes populaires et ouvrières. Aujourd'hui plus que jamais, développer l'accès aux responsabilités par l'engagement bénévole demeure un enjeu de citoyenneté et d'émancipation des jeunes des milieux populaires et des plus fragiles.

La crise des moyens financiers dans les villes met en lumière le rôle des associations et des clubs omnisports. Si la crise des moyens locaux et la concurrence des pratiques marchandes viennent rappeler les risques de fragilisation du modèle économique des clubs, c'est plus le projet social et associatif des clubs omnisports qui doit être interrogé aujourd'hui. De nombreux clubs et de sections ont embauché des salariés pour encadrer les activités sportives dans les années 1985-1995.

Sauraient-ils de nouveau utiliser les ingrédients de la sollicitation et du développement de l'engagement bénévole s'ils y étaient contraints par l'austérité économique et la concurrence avec le marché

privé. Et Michelle Drevon de France Bénévolat de nous rappeler que les associations tournées vers le social et la santé ont développé leurs actions à grand renfort de salariés experts. Avec pour effet la chute du nombre de bénévoles. La crise économique étant passée par là, de nombreuses associations du secteur sont en grande difficulté aujourd'hui.

La politique financière est-elle la traduction de la politique omnisport du club ou bien doit-elle uniquement dépendre des règles de gestion et de la seule volonté des sections ? Focus à Vitry, Ivry et Champigny pour une analyse des usages et des effets...

Le 7 mars dernier, lors de la 8ème semaine annuelle de formation du comité FSGT du Val de Marne, l'ES Vitry, l'US Ivry et le RSC Champigny se sont prêtés au jeu du questionnement (cf ci-contre). Il s'agissait de relever les principes constitutifs d'une politique de réserve qui serve le projet de développement du club et qui garantisse sa pérennité. La population du Val-de-Marne progresse et les listes d'attente dans les associations sportives avec...laissant des marges de développement possibles.

A condition pour les clubs d'investir dans des projets de développement de nouvelles activités. Dans le même temps, Le modèle économique des clubs omnisports pourrait être fragilisé dans les très prochaines saisons. Les pratiques municipales et du marché privé peuvent se développer en lorgnant sur les adhérents des pratiques sportives non compétitives dans les clubs et leurs sections. Moins d'adhérents, moins de cotisations, moins de ressources...

Combiner logique de pérennité et logique de développement

Les réserves quand elles sont maîtrisées et régulées, servent à garantir deux logiques complémentaires mais différentes : La logique de développement pour continuer de faire grandir les clubs soucieux de répondre à la diversité des besoins de la population. La logique de pérennité car les clubs omnisports

et leurs sections disposent de salariés et doivent garantir des réserves minimum de fonctionnement en cas de coup dur.

Projet omnisport versus multisports

Dans l'histoire de la FSGT, le mot omnisport est sans doute un de ceux sur lequel sévit un maximum de confusions. Ce n'est pas du multisports, Encore moins du sport. C'est une philosophie pratique du sport.

Cette philosophie peut se définir ainsi : des activités de qualité et peu chères ; pour tous les niveaux de pratique et de motivations ; qui développent l'engagement, la citoyenneté et la solidarité ; en associant les adhérents à la gestion et l'animation de leur activité.

De l'erreur d'en rester à des analyses trop générales

Les municipalités, dans le contexte d'austérité des budgets, sont parfois tentées de réduire les subventions en prenant pour argument le niveau de réserves des clubs. Difficile parfois pour les clubs de justifier ces réserves qui peuvent parfois atteindre plus de la moitié des ressources d'une saison.

Pour autant, lorsque l'on examine les masses financières des sections en partant de critères de distinction évidents, l'analyse n'est déjà plus la même : les clubs ici y recensent les volumes des budgets de fonctionnement, le nombre de salariés, les besoins de renouvellement en matériel, les stages de formation de l'encadrement bénévole, les projets d'investissements et les besoins en transport dans les activités de compétition ou les activités de plein air etc...

Autant de critères qui permettent d'apprécier au plus près de chaque activité la réalité des

situations financières et les écarts éventuels avec les besoins réels de fonctionnement et de projets.

Comment prendre au sérieux l'appréciation rassurante du commissaire aux comptes arguant du fait que le club dispose de 50% de réserves sur le total des comptes sections et club ? Tandis que dans le même temps, le dirigeant avisé, lui, observe que les réserves du même club omnisports n'ont pas cessé de diminuer les saisons précédentes, que 3 ou 4 sections seulement dépassent le seuil d'une saison de fonctionnement, quand dans la même période une section historique du club n'a cessé d'accumuler les déficits.

Les commissaires aux comptes ont parfois vite fait de rassurer les clubs sur leur compte de bilan et d'apporter un quitus sur la bonne tenue de la gestion du compte de résultat. Il n'en reste pas moins que leur mission doit s'arrêter là. Les clubs omnisports ne sont-ils pas les mieux à même de définir la politique de développement et de financement de leurs actions car eux seuls sont capables de tenir compte de la diversité des besoins des différentes sections ?

La politique financière doit dépendre du projet omnisport du club et venir le servir (cf tableau ci-dessous)

Quand la politique financière dépend seulement des règles de bonne gestion, certes nécessaires, la situation renforce l'indépendance et l'individualisation des sections. *Avec une tendance forte à la thésaurisation* tant les sections ont le souci de bien gérer leurs budgets. A contrario, interrogés sur l'évolution des fonctionnements financiers et leurs effets, les clubs tirent les enseignements suivants : Lorsque c'est le projet omnisport et associatif

du club qui détermine la politique financière, ce sont les moyens d'action qui se renforcent, une politique de cotisation accessible qui se développe à l'échelle de toutes les sections, des mécanismes de solidarité qui s'activent pour chacune des sections. In fine, les finalités du club omnisport se développent dans les sections. Et les nouveaux adhérents avec... Et de conclure la soirée ainsi : Face à l'affaiblissement des ressources dans les familles et dans les municipalités, il faut d'abord se poser le problème du développement des activités et du nombre d'adhérent pour enclencher le cycle vertueux des ressources supplémentaires. Sans pour autant négliger la question des moyens financiers.

Méthodologie et questionnement

Existe-t-il un cadre commun financier ?
Quels en sont les objectifs ?

Comment se sont construites les réserves des sections et du club dans le temps ?

Quelles ont été les évolutions du fonctionnement financier dans l'histoire du club et des sections ?

Quelles sont les masses financières dans les sections et le club ?

Quels sont les problèmes posés aujourd'hui ? Quels ont les problèmes à venir ?

A quoi servent les réserves des sections aujourd'hui ? A quoi servent les réserves du club aujourd'hui ?

Quand il y a des salariés dans les sections ou dans le club, existe-t-il des règles particulières ?

Modèle de situations observées dans les clubs lorsqu'il n'existe pas de cadre commun, de règlement financier :

Chaque section détermine sa propre politique financière en partant du projet associatif auquel elle se réfère :

Soit le projet omnisport du club,
Soit le projet sportif de la fédération à laquelle elle est affiliée.

Le fonctionnement financier vise à gérer l'existant:

Le rôle du club se réduit à contrôler la gestion financière des sections voire parfois à sanctionner.

Une individualisation, une autonomie voire une indépendance des politiques financières des sections.

Les critères des subventions municipales (nombre d'adhérent par section, coût de pratique) sont appliqués de façon mécanique, sans manipuler ces critères pour qu'ils soient adaptés au projet omnisport.

Le fonctionnement financier produit souvent les mêmes effets :

Les sections de compétitions de bon niveau, souvent plus visibles et mieux organisées pour défendre leurs intérêts, réclament plus de moyens à la ville sans passer par le filtre du niveau du club et au détriment des autres formes d'activité.

Les réserves des sections s'accumulent (thésaurisation) sous l'effet conjugué de la bonne gestion financière, de l'augmentation régulière des cotisations.

Le manque de connaissances par le club des projets de dépenses par les sections.

Des écarts importants de cotisations entre les sections avec des hausses qui parfois ne se justifient pas et rendent inaccessibles les activités pour les catégories les moins favorisées.

Le manque de solidarité financière entre les sections et le club.



Modèle de fonctionnement financier observé dans les clubs lorsqu'il existe un cadre commun, un règlement financier :

C'est la politique associative du club omnisports qui détermine la politique financière et les règles de gestion dans le club et les sections :

Le projet commun entre les sections et le club a pour but de répondre à la diversité des besoins et des motivations. De développer des activités peu chères et de qualité. Le projet associatif vise à responsabiliser les adhérents notamment dans la gestion des moyens financiers et humains.

La fonction prioritaire de la politique financière est de développer et pérenniser les moyens d'action pour toutes les parties du club :

Créer les conditions du développement des activités du club en garantissant des moyens d'actions et de fonctionnement à chacune des sections et au club.

Garantir la pérennité de l'association et des sections ainsi que la sécurité financière en cas de coup dur.

Garantir à toutes les sections et au club omnisport des mécanismes de solidarité financière pour faire face aux dépenses imprévues ou aux projets d'investissement importants.

Le club se dote des moyens humains nécessaires pour jouer un rôle d'animation des règles et de mise en œuvre de la politique financière dans le club et les sections.

Objectifs de la politique financière :

Les cotisations dans les sections sont ajustées en fonction des réels besoins de fonctionnement.

Une limite basse et une limite haute de cotisation sont fixées pour éviter des écarts trop importants entre les sections.

Les cotisations doivent couvrir les salaires.

Les réserves des sections et du club sont ajustées en fonction des réels besoins de fonctionnement.

Il existe un mécanisme adapté de solidarité financière pour garantir les moyens de fonctionnement et d'action pour le club et les sections.

L'AVENTURE MOTRICE DE L'ENFANT ET L'INTERET DES ATELIERS PARENT ENFANT.

Ces modules de formation s'inscrivaient dans un cursus balisé durant la saison pour tous les clubs proposant des pratiques aux tous petits et associant les parents. Le 1er temps a eu lieu le 13 décembre 2016 sous la forme d'une soirée de formation thématique. Nous avons mis alors l'accent sur la manière dont le bébé arrive à la marche pour bien comprendre comment se développe la motricité de l'enfant. Ce 2ème module organisé les vendredi 10 et samedi 11 mars a mis le focus sur l'aménagement du milieu et sur la posture de l'animateur.

Ce cursus a été construit à partir de l'idée de structurer un réseau des associations qui proposent des activités petite enfance et famille en vue d'encourager et accompagner la création de nouveaux espaces de pratique de même nature. Nous avons acté le principe de 2 à 3 rendez-vous annuels autour de temps de formation pour partager les expériences, acquérir de nouvelles connaissances, confronter les réflexions, conforter les projets associatifs locaux et initier des actions de sensibilisation. Les temps de formations articulent des apports de connaissance, des analyses de terrain au moyen de l'observation et des échanges d'expérience. Ce réseau est vécu comme une pépinière susceptible d'accueillir de nouveaux porteurs de projet en vue de les accompagner par la mutualisation des expériences.

Parents, animateurs sportifs, professionnels de la petite enfance : Une communauté éducative en recherche-action.

Ces deux jours témoignent de l'émergence d'un espace original avec une ambiance stimulante, une bienveillance mutuelle des participants, un respect et une valorisation de l'originalité des projets locaux ainsi qu'une prise de conscience collective de la portée

sociale des projets locaux. L'idée n'est pas de construire des modèles mais plutôt d'identifier les fils conducteurs communs utiles à la création de nouveaux projets associatifs dans plusieurs villes du département. Ce réseau fonctionne sous la forme d'une recherche-action collective, d'où l'importance de ces temps de formation et de rassemblement pour formaliser et théoriser son expérience. La confronter à des connaissances et l'analyser.

4 lieux d'observation : A Ivry avec l'atelier parent bébé 0/2 ans de la section Gym Form et l'atelier multisports 2/3 ans de l'association Recherche de l'Idéal. A Vitry avec le groupe des 2 ans de la section enfants multisport. A Villejuif avec les ateliers ludiques 2/3 ans de pratiques partagées handi-valides animée par l'association des Tourterelles...

L'enjeu est de cultiver et pérenniser les projets.

Ces deux jours de formation ont permis de valoriser des expériences, de donner envie d'innover, d'asseoir la légitimité à agir en tant que parent, de sentir la portée sociale des projets locaux et de percevoir l'utilité de la FSGT. Lors du bilan, nous avons conclu la journée en identifiant un fond commun à tous les projets : chaque projet décline à sa manière une autre façon de faire et de se penser société.

L'enfant est au cœur des préoccupations, ce petit être en devenir qui a déjà tant de compétences à voir et à reconnaître. La démarche commune est de le considérer dès son plus jeune âge comme acteur de son

propre développement vers un futur citoyen responsable.

Le rôle de ces associations auprès des parents apparaît d'autant plus pertinent dans un contexte où le besoin de recréer des liens monte dans nos territoires. De nombreuses familles avec enfants en bas âges s'installent dans le val de marne et dans les nouveaux quartiers. Les expériences présentes confirment l'intérêt et la pertinence de développer des espaces de pratiques parents enfants dès le plus jeunes âge. Ils permettent l'émergence de citoyens futurs responsables autour de 3 axes : participer à son échelle à la construction d'une autre société, plus humaine, Prendre part à l'éducation des enfants en vue d'en faire des adultes responsables, des êtres humains émancipés et offrir une conception de l'activité et un contenu de pratique original et innovant.

Quelles perspectives ?

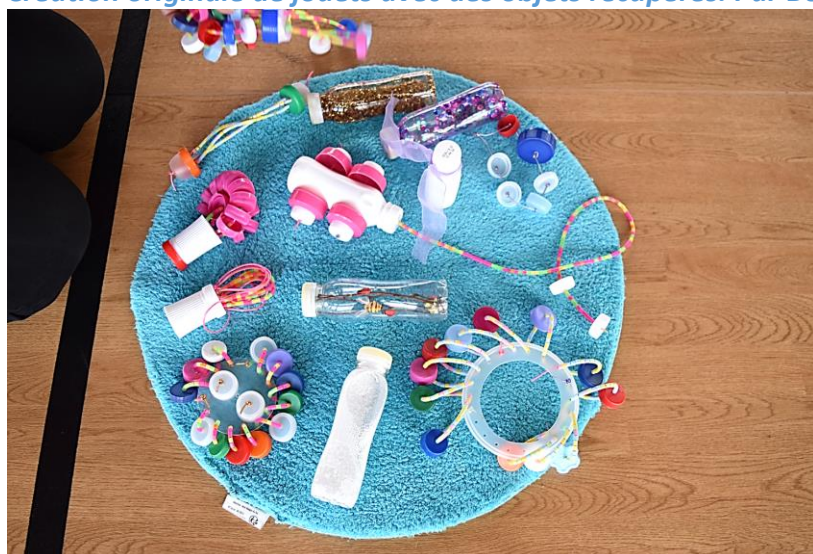
Ce projet dépasse le territoire du val de marne. Les études d'évolution des modes de vie et des populations conjugués aux transformations des territoires montrent que ce projet répond à des besoins communs sur l'ile de France. Comment articuler cette

dynamique avec les autres comités et la ligue Ile de France FSGT ? l'enjeu est de promouvoir ce réseau.

Aujourd'hui la FSGT est la seule à proposer sur le territoire du val de marne un projet de cette nature. C'est une approche innovante reconnu par la CAF94. Les services prévention santé du réseau des PMI du Conseil départemental ont sollicité le comité pour réfléchir à la manière d'accompagner la formation de professionnels des PMI dans une visée de prévention santé. Et travailler l'aménagement des lieux d'accueil des parents avec leurs tout petits. Une perspective pour générer et impulser de nouveaux lieux ou faire des passerelles avec des associations locales déjà existantes.

Quand les enfants grandissent, ces espaces se transforment en pratique familiale. L'expérience de l'association LAME à Limeil-Brevannes – elle a maintenant 3 ans - en est un exemple. Grâce au réseau omnisport FSGT, un travail est en cours pour créer une activité escalade parent enfant dans la ville. Cette toute jeune association, avec le soutien de la FSGT, porte un projet auprès de la ville pour la construction d'un mur d'escalade.

Création originale de jouets avec des objets récupérés. Par Bernadette Siegel (US Ivry)



« COURBURES LOMBAIRES ET CERVICALES, MOBILITE ARTICULAIRE POUR EN FINIR AVEC LES ERREURS » JEUDI 10 MARS 2017

Qu'il s'agisse de musculation (développé couché, squat...), de fitness (step, gym d'entretien, pump....) ou encore d'arts martiaux (karaté), la consigne d'effacer la courbure lombaire est transmise et argumentée sur des fondements erronés. Les conséquences ne sont pas anodines à la fois au plan technique (des impossibilités) mais aussi sanitaire (augmentation de risques de blessure). Quelles sont les courbures vertébrales, leur utilité ? Faut-il effacer la courbure lombaire ? Que signifie effacer la courbure lombaire ?

Quelles incidences ont les postures qui effacent ou accentuent la courbure lombaire ? Pour certaines activités l'effacement de la courbure lombaire est-elle justifiée ? La mobilité des articulations en général n'est pas toujours respectée, voire forcée, dans certaines activités (gym, danse, sport collectifs, yoga...) Quelles conséquences ? Quelles préconisations pour amoindrir les risques traumatiques ? Quelles peuvent être les incidences sur différents publics : Enfants, ado, adultes et seniors ?

Les courbures vertébrales

Est-on trop cambré ou pas assez ? L'appréciation qui se fait à l'œil nu n'est pas toujours objective et demeure imprécise. Il existe une confusion entre masses « molles » (fessiers) et courbures osseuses. *Des fesses rebondies ou des fesses plates n'impliquent pas obligatoirement un problème de courbure lombaire.* Pour des mesures objectives, il faut procéder par radiographie et se référer à des fourchettes de valeurs.

Il existe 4 courbures dont 3 sont mobiles et déformables : La lordose cervicale. La cyphose dorsale. La lordose lombaire

« La courbure lombaire serait apparue au cours de l'évolutionavec le passage de la quadrupédie à la bipédie »¹. A la naissance le nouveau-né n'a qu'une seule courbure et c'est lorsqu'il soutient sa tête que la courbure cervicale se crée. Plus tard, en apprenant à se tenir debout la courbure lombaire apparaît et deviendrait définitive vers 10 ans. Les courbures vertébrales peuvent être plus ou moins accentuées selon les personnes. Ces différences dans certaines mesures ou fourchettes de valeur sont sans conséquence.

Des courbures vertébrales qui sont nécessaires

Ces courbures sont primordiales pour la résistance de la colonne vertébrale. *En effaçant une courbure, on divise par 2 la résistance de la colonne vertébrale (Loi d'Euler) !*

L'accentuation des courbures

L'effet des courbures est de répartir de façon homogène les contraintes articulaires permettant au corps de dépenser un minimum d'énergie². La modification prolongée ou répétée entraînerait des contraintes lésionnelles sur les disques et les ligaments intervertébraux. Si les courbures naturelles participent à la mobilité et à la solidité de la colonne vertébrale, l'accentuation exagérée de ces courbures est fragilisante voire pathologique.

Précisions que le risque d'hernie discale s'exerce plus en avant (action cyphosante) qu'en arrière (action lordosante). En effet, les disques intervertébraux se situent en avant de la colonne vertébrale et non pas en

¹ Thiriet et Rastello (2014)

² Dufour et Pillu, 2007

arrière. En conséquence un effacement et/ou inversion de la courbure lombaire (*crunch*) ou cervicale (*menton- poitrine*) augmente la pression sur les disques et les risques d'hernie discale.

L'exemple du développé couché : Faut-il mettre les pieds sur le banc ou ramener les genoux vers la poitrine ?

Le fait d'avoir les genoux ramenés vers la poitrine modifie la courbure lombaire (rétroversion) et il y a moins de points d'appuis. Il est donc préférable de laisser les pieds au sol pour les raisons suivantes : Les pieds servent d'appui et assurent la stabilité du pratiquant. Les contraintes mécaniques sur la région lombaire sont faibles. A l'inverse trop cambrer induit des angulations, et il y a alors risque de blessure par pression trop importante au niveau des disques intervertébraux lombaires.

Comment soulever une charge ? (l'enseignement de l'haltérophilie)

Deux forces s'exercent sur les disques intervertébraux : Une force de compression qui tend à écraser la colonne vertébrale dans l'axe vertical. Une force de cisaillement qui prend la vertèbre et son disque en étau, ce qui augmente la pression intra-discale. Une force de compression de 2000 N (newton) et une force de cisaillement de 1000 N suffisent à mettre les disques intervertébraux en danger. Soulever une charge *rétroversant le bassin* (effacement de la courbure lombaire), réduit la lordose naturelle, augmente les contraintes axiales. A l'inverse, soulever une charge en *antéversant le bassin* (respect de la courbure lombaire) réduit les contraintes notamment au niveau des vertèbres L5/S1. Exemple du « soulevé de terre » : pour un athlète de 90 Kg qui doit soulever une charge de 136 Kg la rétroversion du bassin engendre une force de compression de 1700 N et une force de cisaillement de 6700 N. L'antéversion

du bassin engendre une force de compression de 1700 N et une force de cisaillement de 1200 N. La rétroversion représente 6 fois la limite maximale de sécurité.

Des consignes erronées

La consigne « d'effacer la courbure lombaire » souvent enseignée et argumentée, est donc préconisée sur des fondements anatomiques erronés. Elle est pourtant souvent présente dans l'enseignement et l'animation de certaines disciplines (karaté, fitness, gym d'entretien). Cela va à l'encontre des connaissances actuelles, et les recherches et modélisations biomécaniques en ont montré la dangerosité. Le problème est le même pour les courbures cervicales.

Les articulations

« Une articulation est un dispositif anatomique par lequel des os sont unis entre eux ». Elle constitue un ensemble d'éléments : Os, cartilage, bourrelets, ligaments, capsule, muscles et leurs tendons. L'articulation est plus ou moins stable et plus ou moins mobile. Cette stabilité et cette mobilité dépendent de plusieurs éléments : De la forme des surfaces articulaires (cartilage, ménisques, bourrelets) Des moyens d'union (ligaments, capsule). Des muscles et de leurs tendons. Les muscles participent à la stabilité et à la mobilité de l'articulation.

Il existe de grandes différences entre les articulations au niveau de la stabilité et de la mobilité.

La hanche et l'épaule (articulations sphéroïdes) sont mobiles sur 3 plans et permettent 6 mouvements (flexion, extension, rotation interne, rotation externe, adduction, abduction) mais la hanche qui est très stable est moins mobile que l'épaule. Le coude (articulation charnière) et le genou sont mobiles sur 2 plans et permettent

(flexion, extension) et pour le coude la rotation interne et externe (pronation et supination 180 °) et pour le genou (flexion - rotation interne 20 à 30 °/ extension – rotation externe 30 à 40 °)

Respecter les articulations en préparation physique :

Comment améliorer la mobilité d'une articulation sans nuire à sa stabilité et réciproquement ? Il faut éviter impérativement de solliciter une articulation dans un plan de l'espace dans lequel elle n'est pas mobile (ex : rotation interne pour le genou). Au-delà des butées osseuses (coude), ligamentaires (genou), articulation intervertébrale cartilagineuse (épaule)

Comprendre les mouvements possibles de ceux qui ne le sont pas, implique de connaître le classement relatif à leur mobilité ou leur « typologie articulaire ». C'est la forme de l'articulation qui conditionne les mouvements qu'elle peut réaliser, donc ses degrés et plans de mobilité. Il existe 3 types d'articulations : Les amphiarthroses : immobiles, les os sont soudés pas de mouvement possible (os du crâne et du bassin). Les synarthroses : semi-mobiles, permettent peu de mouvements (symphyse pubienne, articulation sacro-iliaque). Les diarthroses : très mobiles et les plus répandues, permettent de nombreux mouvements. Mais toutes les diarthroses n'ont pas la même mobilité, soit elles sont mobiles dans un plan (coude), deux plans (genou), trois plans (hanche, scapulo-humérale). Chaque articulation mobile comporte des limites d'amplitude avec des contraintes mécaniques qui doivent être respectées, faute de quoi cela nuit à Les traumatismes articulaires touchent les cartilages, leur intégrité au détriment de leur stabilité. les ligaments, les muscles et les insertions des tendons.

Quelques exemples de mouvements dangereux

Les rotations internes des genoux en flexion : La rotation externe en extension est de 40° et la rotation interne en flexion est de 30° Les mouvements qui consistent à forcer l'articulation du genou notamment en rotation interne pied fixe peuvent entraîner des lésions des ménisques.

Le roulé sur la nuque les jambes tendues : Les membres inférieurs tendus font levier, amplifiant les contraintes sur les disques vertébraux déjà comprimés.

Exercices pour les abdos les jambes tendues à ras du sol : plus les pieds se rapprochent du sol, plus la colonne lombaire est creusée sous la contrainte du poids des jambes. Rappelons également que les grands droits ne sont pas fléchisseurs de la hanche.

En danseuse à fréquence de pédalage élevée (biking) : En danseuse, la fréquence de pédalage doit être réduite à 60 t/min, ce qui implique d'augmenter la résistance ou le braqué. Dans le cas contraire, les ménisques n'ont pas le temps de reprendre leur position initiale au risque de bloquer le genou voire de se casser. Les séances de type « Biking » proposées dans les salles de remise en forme, où en position de danseuse où l'on propose une fréquence de pédalage excessive peuvent donc entraîner des lésions importantes du genou.

Préserver les articulations consiste à éviter le surmenage articulaire, qui est la conséquence de gestes de grande amplitude à la "limite du physiologique". Mais, c'est aussi éviter de répéter violemment des gestes techniques spécifiques, c'est-à-dire à grande vitesse. En effet, ces gestes provoquent des traumatismes minimes mais répétitifs.

Cependant, il n'y a pas que les mouvements qui peuvent nuire aux articulations. Les blocages demandés ou imposés mécaniquement peuvent aussi être dangereux : pédales automatiques sans rotations possibles, machines guidées de musculation, crampons inadaptés au sol. Les chocs peuvent aussi entraîner des lésions. Ainsi, on peut voir que si l'échauffement permet, de préparer l'articulation à l'effort, ceci est insuffisant.

En conclusion

Préserver les articulations consiste à éviter le surmenage articulaire, qui est la conséquence des gestes à grande amplitudes à la « *limite du physiologique* ». Mais c'est aussi éviter de répéter violemment des gestes techniques spécifiques, à grande vitesse, car ils provoquent des traumatismes minimes mais répétitifs. Les mouvements ne sont pas seuls à nuire aux articulations, il y a également les blocages demandés ou imposés mécaniquement : pédales automatiques sans rotation possible, machines guidées en musculation, crampons inadaptés au sol. Les chocs peuvent aussi entraîner des lésions. L'échauffement, même s'il permet de préparer l'articulation à l'effort, n'est donc pas ne suffisant³.

Intervenant : Rachid Ziane, Docteur en Sciences et Techniques des Activités Physiques et Sportives, professeur d'EPS et Enseignant Staps à Orsay, préparateur physique, il participe au programme *Sport Santé et Préparation Physique* du Conseil Départemental 94.

³ Sources : Ziane, R. (2012). [Connaître et respecter les articulations](#). *Sport, santé et préparation physique*. Newsletter 96. Ziane, R., Chiapolini, S. & Laffaye, G.

(2015). *Courbures lombaires et vertébrales, si on arrêtais les erreurs ? Sport, santé et préparation physique*. Newsletter 133.

Les participants à la semaine de formation	Club
Mohamed Hami	ES Vitry section Enfants Multisports
Guillaume Hoareau	ES Vitry section Enfants Multisports
Martine Pothet	US Ivry Gym Form
Ariel Fouché	Cercle des Amis de Villeneuve le Roi
Helene Eskidjian	US Ivry Gym Form
Hichem Khiredine	ES Vitry section Enfants Multisports
Farid Bensikhaled	ES Vitry
Emmanuelle Oulaldj	FSGT
Mylene Douet Guerin	FSGT
Alexandra Katangana	ES Vitry
Valérie	APNEE PAU
Valérie Arramon	APNEE PAU
Une jeune animatrice	Recherche de l'Idéal Ivry
Djamel Aichour	Recherche de l'Idéal Ivry
Gabriel	Recherche de l'Idéal Ivry
Catherine	GRANDIR ENSEMBLE Alfortville
Anouck	BIEN ETRE, NAISSANCE, ENFANCE, FAMILLE EN ESSONNE
Morgane	LAME
Véronique Jaquet	Les tourterelles Villejuif
Bernadette Siegel	US Ivry Gym Form
Florence Delteil	US Ivry Gym Form
Patrice Anneville	ES Vitry Football
Slimane Smail	ES Vitry section Enfants Multisports
Josiane Strba	France Bénévolat 94
Jean Michel Boiteux	ES Vitry
Charlotte Monteiro	ES Vitry Section Enfants Multisports
Sheherazade Touabet	ES Vitry Section Enfants Multisports
René Moustard	ES Vitry
Philippe Hubert	FSGT
Philippe Petit	Amicale Laïque de Cachan
Mohamed Mellouk	ES Vitry Football
Michelle Drevon	France Bénévolat 94
Janine Moustard	ES Vitry Sport Gym Plaisir
Daniel Bruneau	ES Vitry
Anthony Lopes	ES Vitry Section Enfants Multisports
Mathieu Passave	ES Vitry football
François Besson	ES Vitry
Mounia Mahfoufi	ES Vitry Athlétisme
Laurent Gohel	ES Vitry
Jean Pierre Favier	US Ivry
Michel Tafflet	US Ivry
Éric Doulcet	US Ivry
Jean Pierre Ravier	RSC Champigny
Virginie Ferreira	FSGT 77
David Chevau	FSGT 75 et Ligue Ile de France FSGT
Enji Bakary	FSGT 92
Dominique Chazal	AS Barracuda et FSGT 75
Agathe Reverdy	ES Vitry Sport Gym Plaisir
Florence	MAM Les temps Calins

Audrey	APNEE PAU
Rachid Ziane	UPEC 94
Alain Robert	US Ivry Yoga
Ivan Gauthier	US Ivry Tai Chi
Christine Bourdin	US Ivry Generation 3
Jean Louis Turbat	US Ivry Montagne - Escalade
Isabelle Rixte	US Ivry Montagne – Escalade
Florent Casanova	US Ivry Parapente
Didier Derrien	Université Paris Créteil
Shafi Essack	Université Paris Créteil
Jean Michel Lamarque	Université Paris Créteil