



Catalogue des activités possibles pour un volontaire en Service Civique

Thématique des politiques publiques du sport

SOMMAIRE

Sport et vie de l'association (vie du club)	p. 3
Sport et santé	p. 5
Sport et handicap	p. 7
Sport et transition écologique	p. 9
Lutte contre les violences (violences sexistes et sexuelles + incivilités)	p. 11

Sport et vie de l'association (vie du club)

Pour quels besoins ? Quels bénéfices ?

- ✓ Renforcer le projet du club, lui apporter de nouvelles perspectives
- ✓ Créer un sentiment d'appartenance au club
- ✓ Développer une communauté avec les adhérents, bénévoles et licenciés
- ✓ Créer du lien social au sein du club entre bénévoles/pratiquants...
- ✓ Améliorer l'attractivité du club, faire connaître le club
- ✓ Fidéliser les pratiquants et les bénévoles
- ✓ Permettre le renouvellement des bénévoles
- ✓ Faciliter le fonctionnement du club

Missions

Apporter un soutien moral aux pratiquants, accompagner les pratiquants dans leur épanouissement :

- S'entretenir avec les jeunes qui rencontreraient des difficultés à s'intégrer dans les groupes/ Créer du lien entre les jeunes et les inciter à partager leurs attentes sur la pratique sportive. Sonder les équipes :
 - comment se passent leurs entraînements ? Quelles sont leurs attentes ? Rencontrent-ils des difficultés ?
- Être identifié comme la personne auprès de qui les jeunes peuvent se confier, faire part de leurs problèmes

Aider à la bonne organisation de l'AG du club :

- Faire la promotion de l'assemblée générale auprès des adhérents pour qu'il y ait un maximum de participation
- Proposer de nouvelles modalités de participations participatives au sein de l'assemblée générale
- Proposer des animations annexes à l'assemblée générale

Instaurer une aide aux devoirs pour les jeunes avant ou après l'entraînement :

- Participer à l'aide aux devoirs
- Faire connaître ce dispositif auprès des parents
- Rendre compte des devoirs effectués aux parents et éducateurs

Mettre en place des activités en dehors des temps d'entraînement :

- Goûters et barbecues
- Temps d'échanges
- Témoignages et échanges avec des sportifs locaux ou internationaux
- Temps de sensibilisation sur une thématique spécifique (développement durable, lutte contre les discriminations, les violences, les incivilités) :
 - Visionnage du film *La Couleur de la Victoire* de Stephen Hopkins
 - Débat lors du visionnage des clips de sensibilisation mis à disposition par la ligue de football professionnel (LFP) et la ligue nationale de rugby (LNR) pour mieux respecter la diversité (« [Mieux combattre le racisme dans les enceintes sportives](#) »).
« [Mieux combattre la haine](#) »

LGBT+ (homophobie) dans les enceintes sportives ». « Célébrons la diversité – plaquons l’homophobie »).

- Visionnage du film *Pour vivre ensemble, soyons Sport !*, soutenu par le [CDOS 92](#) et la [Fédération sportive LGBT+](#) : https://www.cdos92.fr/Notre-film-de-sensibilisation-Pour-vivre-ensemble-soyons-sport-_a327.html
- Proposer des visites, des activités en dehors du club (escape games, karaoke, bowling, laser game, cinema...)
- Organiser des jeux en mixant les différents groupes du club (tournois, Loups-Garous, quizz...)

Organiser des temps forts pour la vie du club :

- Fête du club
- Un événement pour une cause particulière (octobre rose, journée du handicap...)
- Compétitions
- Semaine olympique et paralympique ; la journée internationale du bénévolat ; la journée nationale du parasport...

Organiser un stage pendant les vacances dans un lieu extérieur du club :

- Participer aux dispositifs de l’Etat pendant les vacances: “ vacances apprenantes ” (“ écoles ouvertes”, “ vacances apprenantes ”), “ quartiers d’été ”, “ été culturel ”...

Proposer des activités dédiées aux parents pendant la pratique des enfants :

- Les former à la vie associative
- Réunions “ brainstorming ” pour organiser de prochains événements/ échanges/compétitions
- Temps conviviaux

Proposer des activités dédiées aux enfants pendant la pratique des parents :

- Aide aux devoirs
- Éveil musical/musique
- Jeux
- Temps de sensibilisation sur une thématique spécifique (développement durable, lutte contre les discriminations, les violences, les incivilités)

Proposer de nouvelles initiatives à mettre dans le projet du club :

- Développer l’intergénérationnalité,
- L’accueil de bénévoles/pratiquants en situation de handicap



Sport et santé

Pour quels besoins ? Quels bénéfices ?

- ✓ Améliorer la santé des licenciés, des bénévoles et adhérents du club
- ✓ Éduquer les jeunes aux enjeux de santé et aux risques liés à l'inactivité, à la sédentarité, à la mauvaise nutrition, à une mauvaise hygiène...
- ✓ Développer des partenariats avec les acteurs de la santé
- ✓ Développer l'intergénérationnalité et la convivialité avec des actions communes jeunesse/ grand âge
- ✓ Être reconnu comme un club agissant sur la santé

Missions

Faire des actions de sensibilisation auprès des pratiquants et des parents de pratiquants du club. Organiser et proposer des temps dédiés :

- Pour les adhérents : soit avant, soit après le créneau de pratique/entraînement (avec ou sans les parents pour les jeunes pratiquants)
- Pour les parents : pendant l'entraînement/ la pratique des enfants :
 - Un café débat : exemple : [Café-Débat : Sport et Santé, l'exemple du Diabète - Curieux.net](#)
 - Diffusion d'un documentaire : exemple : À vos marques, prêts, bougez - *Le sport c'est la santé* Documentaire (2022)
 - Mise en place d'ateliers : exemple : [Des outils pédagogiques pour promouvoir l'activité physique](#)
 - Former les jeunes aux fondamentaux de l'hygiène de vie saine et sportive et de la nutrition.
 - Faire un atelier de préparation d'un goûter/petit déjeuner sportif
 - Écoute de l'émission « *Et maintenant* » sur Radio France : <https://www.radiofrance.fr/franceculture/podcasts/l-info-de-france-culture/bouger-pour-se-soigner-5867664>

Favoriser la pratique des seniors :

- Aller sur les marchés à la rencontre du public senior pour les inciter à pratiquer en club. (Exemple : Villeurbanne : des séances de rugby adaptées pour les seniors)
- Aller dans les maisons de retraite faire de la sensibilisation, des promenades

Favoriser la pratique des parents ou adhérents pendant l'entraînement/la pratique des enfants :

- Organiser une marche, une course, ou autre en fonction du public (interroger les parents sur leur intérêt à pratiquer pendant le créneau de pratique de leurs enfants et proposer une offre adaptée).

Organiser un événement dédié au sport santé :

- Journée de prévention : <https://www.francebleu.fr/emissions/bienvenue-chez-vous-ici-gard-lozere/nimes-en-mode-sport-et-sante-une-journee-festive-pour-bouger-et-se-sentir-bien-6878095>
- Actions en itinérance dans la ville (ex : une chasse au trésor dans les différents clubs sportifs de la ville)
- Organiser une compétition / challenge / course pour lutter contre une maladie : [En Loire-Atlantique, la première édition de cette course caritative réunit 2 200 coureurs](#)

Faire des actions communes (partenariats, événements, café débat, diffusion d'un documentaire, etc.) avec les acteurs du champ de la santé :

- Les Maisons Sport Santé. Trouvez une MSS proche de chez vous : <https://www.sports.gouv.fr/decouvrez-les-maisons-sport-sante-les-plus-proches-de-chez-vous-389>
- Les hôpitaux
- Les ESMS
- Maisons de retraite
- Les professionnels de santé

Maternité/très jeune enfance :

- Diffuser les recommandations Hautes Autorités de Santé (HAS) : sensibiliser les parents
- Faire connaître l'offre baby/parents du club dans les maternités du territoire.

Sport et handicap

Pour quels besoins ? Quels bénéfices ?

- ✓ Améliorer la connaissance sur l'accessibilité des clubs
- ✓ Améliorer l'accessibilité des clubs
- ✓ Améliorer l'accueil des personnes en situation de handicap
- ✓ Développer des partenariats avec des acteurs du handicap
- ✓ Être reconnu comme un club accessible aux personnes en situation de handicap

Missions

- Rencontrer les maisons départementales des personnes handicapées (MDPH), les comités départementaux de la Fédération française handisport et de la Fédération française de sport adapté pour connaître les acteurs et les enjeux du territoire sur le handicap :
 - Annuaire des comités départementaux handisport : [Handisport | Où pratiquer](#)
 - Annuaire des comités départementaux de la Fédération française de sport adapté : [Trouver un club - Sport Adapté](#)
- Si ce n'est pas déjà le cas, faire connaître les activités du club sur le handicap à la MDPH et proposer qu'elle communique dessus (liste des MDPH : [MDPH : Annuaire des MDPH](#)).
- Promouvoir/Faire connaître les activités du club et l'accessibilité des séances auprès des centres qui accueillent des personnes en situation de handicap.
- Seconder les salariés et/ou les bénévoles dans leur mission sur les créneaux de pratique handisport hebdomadaires, en accompagnant plus particulièrement les sportifs en situation de handicap qui sont non autonomes dans leurs gestes, ou en ayant le rôle d'assistant de pratique.
- Proposer des solutions de mutualisation de matériel entre les adhérents ou entre des pratiquants d'un même centre sportif où s'entraînent plusieurs clubs par exemple ([Le matériel adapté | Handisport.org](#))
- Accompagner salariés et bénévoles dans les sensibilisations au parasport (ex : <https://handirect.fr/sensibiliser-les-enfants-au-handicap-par-le-sport-un-pari-pour-lavenir/>) auprès du grand public (écoles, collèges, lycée, collectivités, entreprises...), afin de véhiculer une image positive du handicap à travers le sport, de faire tomber quelques barrières, et de faire évoluer les représentations ainsi que le regard de la société sur la personne en situation de handicap.
- Proposer des événements en dehors de la pratique au bénéfice de tous les adhérents, dans une logique inclusive (goûters, soirées du club, etc)
- Aller à la rencontre des licenciés en situation de handicap pour identifier d'éventuels besoins et les faire remonter aux salariés ou bénévoles du club pour trouver des pistes d'amélioration face aux besoins.
- Pour les enfants en situation de handicap, créer du lien avec les enfants, proposer de faire un retour de la séance aux parents.
- Participer de manière active à l'organisation autour des séances (aide à l'aménagement et à l'installation du matériel, aide, rangement).
- Analyser les moyens d'accès vers le club en fonction des handicaps et échanger avec les salariés ou bénévoles pour trouver des possibilités d'amélioration si l'accès est compliqué.

Mission mixte sur le handicap dans le sport

Mission parasport et Ambassadeurs de l'accessibilité

En plus d'une mission sur l'accès à la pratique sportive pour les personnes en situation de handicap, comme décrite ci-dessus, il est possible d'associer pour un même jeune une mission d'ambassadeurs de l'accessibilité sur une partie

de sa mission :

[Déploiement national des «Ambassadeurs de l'accessibilité » | handicap.gouv.fr](#)

Cette possibilité de mission mixte est très complémentaire et permet aux jeunes

- De promouvoir les possibilités de pratique auprès de personnes en situation de handicap qui ne pratiquent pas.
- D'améliorer l'accueil dans les clubs sportifs aux personnes en situation de handicap par un lien particulier.
- De s'assurer de l'accessibilité de l'équipement et si ce n'est pas le cas, de faire connaître les possibilités pour le club de rendre l'équipement accessible.
- Par les échanges initiés au sein du club : le volontaire peut se rendre dans les établissements recevant du public (ERP) qui font partie des habitudes de vie des pratiquants en situation de handicap pour les sensibiliser aux solutions existantes de mise aux normes de l'accessibilité. L'idée étant de partir des habitudes de vie du pratiquant pour essayer d'améliorer son quotidien dans la pratique sportive et en dehors de la pratique sportive.



Sport et transition écologique

Pour quels besoins ? Quels bénéfices ?

- ✓ Contribuer à la lutte contre le réchauffement climatique et adopter une pratique sportive plus respectueuse de l'environnement
- ✓ Adapter les pratiques sportives aux effets du changement climatique
- ✓ Sensibiliser les adhérents et les salariés/bénévoles
- ✓ Faire connaître les outils à disposition pour évaluer l'empreinte écologique et l'accompagnement proposé par certains acteurs
- ✓ Promouvoir les écogestes au quotidien

Sur cette thématique, le volontaire peut s'orienter sur deux axes :

- Mettre en place des actions pour contribuer à améliorer l'impact écologique du club
- Mettre en place des actions pour sensibiliser le public bénéficiaire de sa mission

Activités possibles pour améliorer l'impact écologique du club

1. Alimentation responsable
 - Proposer une offre végétarienne
 - Se fournir le plus possible auprès de producteurs locaux
 - Proposer des produits de saison
 - Limiter le gaspillage alimentaire : mieux dimensionner les quantités en amont, et donner les restes alimentaires à des associations (type restos du cœur) plutôt que de jeter
2. Mobilités durables
 - Inciter les pratiquants à venir en mobilités actives (marche, vélo, ...), en transports en commun (hors avion) ou à faire du covoiturage (3 personnes ou plus)
 - Utiliser dans la mesure du possible des véhicules électriques
 - Mettre des bornes de recharge électriques sur le parking du club (lorsqu'il existe)
 - Mettre en place un parking à vélo sécurisé
3. Gestion responsable des déchets
 - Mettre en place un dispositif de tri sélectif si ce n'est pas déjà le cas
4. Biodiversité, préservation des sites naturels
 - Mettre en place des bacs de récupération de vêtements et d'équipements sportifs pour les donner à des recycleries sportives (La Recyclerie Sportive, Friperies Sport planète, ...)
 - Inciter à l'achat d'équipements et accessoires de sport durables
 - Limiter les achats au strict nécessaire pour limiter les déchets
 - Limiter les emballages et les plastiques à usage unique
 - Fournir une gourde à chaque licencié et mettre en place une fontaine à eau potable pour limiter l'usage des bouteilles plastique
 - Mettre en œuvre une gestion écologique de ses espaces (zéro phyto, lutte biologique)
 - Choisir des essences locales, adaptées et résilientes au changement climatique et favorisant la pollinisation
 - Systématiser le désherbage sélectif
 - Installer une ruche ou un potager
5. Préservation des ressources en eau et énergie
 - Respecter la température

de chauffage à 19°C, et la climatisation qu'au-dessus de 26°C (plan de sobriété énergétique du sport de 2022)

- Supprimer l'eau chaude des robinets
- S'équiper d'éclairages LED
- Optimiser l'occupation des espaces (bureaux) pour réduire les consommations liées au chauffage et à l'éclairage

6. Organisation d'événements éco responsables si le club organise un ou des événement(s) sportif(s)
- Faire le diagnostic de l'événement avec l'outil Coach Climat événement et diminuer l'impact grâce aux solutions proposées par l'outil : [coach climat évènements](#)

Activités possibles pour sensibiliser les publics avec lesquels le volontaire sera en lien au cours de sa mission

1. Alimentation responsable
 - Organiser des ateliers de sensibilisation sur l'importance d'une alimentation responsable (produits locaux, de saison, gaspillage...), informer de l'impact environnemental de certains aliments (viande bovine, huile de palme...)
 - Organiser des collectes de nourriture avec des associations du territoire
2. Mobilités durables
 - Sensibiliser les adhérents sur les mobilités douces
 - Informer sur les possibilités d'utilisation des transports en commun pour se rendre au club
 - Recenser les disponibilités des parents pour organiser un système de covoiturage. Exemple : L'application CoolRool ([App de covoiturage pour clubs de sport amateurs #1 | CoolRool](#)) permet d'organiser, de suivre et de sécuriser les covoiturages des clubs.
3. Gestion responsable des déchets
 - Sensibiliser sur les modes de consommation, la réparation, le réemploi et le recyclage

- Faire intervenir une recyclerie pour des ateliers de sensibilisation
- Organiser des collectes de dons
- Organiser des "clean walk" avec les adhérents du club
- Distribuer des gourdes et informer sur la présence de robinets ou fontaines à eau

4. Biodiversité, préservation des sites naturels

- Promouvoir une pratique sportive respectueuse de la biodiversité et des écosystèmes (ex. Respecter les itinéraires balisés), en s'appuyant sur des supports existants
- Promouvoir Suricate, l'outil de signalement des problèmes rencontrés en pratiquant un sport de nature (pollution, défaut de balisage, ...)
- Informer sur les conséquences du changement climatique sur la pratique sportive
- Encourager les enfants à participer aux actions mises en oeuvre par le club (potager, plantation, jardinage...)

5. Préservation des ressources en eau et énergie

- Sensibiliser aux écocgestes en utilisant les affichages et supports existants
- Organiser des mini challenges de réduction de consommation d'énergie pour mobiliser largement de façon ludique

Les ateliers de sensibilisation peuvent être proposés au sein du club, avant ou après les entraînements, ou sur des journées thématiques. Ils peuvent être conduits avec des ressources et outils existants ou être menés avec des intervenants externes (associations, collectivités, acteurs du territoire...).

Le but étant de sensibiliser les jeunes ou moins jeunes aux enjeux environnementaux de manière ludique et participative, en rapport direct avec la pratique sportive ou non.

Ces actions peuvent également être menées en dehors du club, dans des écoles, ACM, maisons de quartiers, centres de loisir, etc.

Lutte contre les violences (Violences sexistes et sexuelles et les incivilités)

Pour quels besoins ? Quels bénéfices ?

- ✓ Prévenir les violences, les incivilités
- ✓ Éduquer aux fondamentaux du vivre-ensemble
- ✓ Améliorer la qualité de vie au sein du club, les relations entre pratiquants, bénévoles et encadrants
- ✓ Agir plus efficacement en cas de dangers et/ou violences

Missions

Faire des actions de sensibilisation auprès des pratiquants, des parents de pratiquants, des bénévoles et des encadrants du club :

- Un café débat :
 - Débat lors du visionnage des clips de sensibilisation mis à disposition par la ligue de football professionnel (LFP) et la ligue nationale de rugby (LNR) pour mieux respecter la diversité :
 - « [Mieux combattre le racisme dans les enceintes sportives](#) ».
 - « [Mieux combattre la haine LGBT+ \(homophobie\) dans les enceintes sportives](#) ».
 - « [Célébrons la diversité – plaquons l'homophobie](#) ».
- Diffusion d'un documentaire :
 - Visionnage du film *La Couleur de la Victoire* de Stephen Hopkins
 - Visionnage du film « Pour vivre ensemble, soyons Sport ! », soutenu par le [CDOS 92](#) et la [Fédération sportive LGBT+](#) : https://www.cdos92.fr/Notre-film-de-sensibilisation-Pour-vivre-ensemble-soyons-sport-_a327_.html

- Mise en place d'ateliers :
 - Sur la place des jeunes et des femmes dans les instances dirigeantes sportives, avec présentation du Club des 300 femmes dirigeantes et du programme Jeunes Dirigeants de Demain (CNOSF)
- Former les jeunes aux fondamentaux du vivre ensemble, aux règles et codes de bonne conduite, au respect de soi et de l'autre
- Faire un atelier de théâtre sur les stéréotypes, les préjugés
 - Faire connaître les dispositifs d'alerte et d'écoute existant (ex : signal sport)

Organiser un événement dédié à la prévention des violences

- Journée de prévention
- Journée des droits des femmes
- Intervention d'associations spécialisées
- Actions en itinérance dans la ville
- Organiser une compétition/challenge/course pour lutter contre les violences
- Faire des actions lors de compétitions sportives afin de sensibiliser la communauté sportive et le grand public (stand, animations, expositions...)

Apporter un soutien moral aux pratiquants, accompagner les pratiquants dans leur épanouissement :

- S'entretenir avec les jeunes qui rencontreraient des difficultés à s'intégrer dans les groupes
- Sonder les équipes : comment se passent leurs entraînements ? Quelles sont leurs attentes ? Rencontrent-ils des difficultés ?
- Être identifié comme la personne auprès de qui les jeunes peuvent se confier, faire part de leurs problèmes

