



Dans ce numéro :

Edito	1
C'était mon ami...c'était mon copain	2
Triste disparition	2
Les Jeux du Val de Marne 2020 annulés	3
Tribune— «Les Jeux d'hier ne seront pas les Jeux de demain »	3/4
Marie-Georges Buffet : « Le sport n'est pas quelque chose de secondaire »	4/5
Violences sexuelles : Roxana Maracineanu veut systématiser le contrôle de l'honorabilité des bénévoles dans les associations sportives	5/6
«Le confinement peut être une occasion unique de faire le point sur ce qui est fondamental, notamment la santé »	6/7
« On a jamais autant fait de sport que depuis qu'on est confinés ! » : la partie émergée de l'iceberg ?	8/9
Déconfinement : Faire du sport, oui, mais il faudra suivre ces règles	10
Coronavirus : la grande débrouille des profs d'EPS pendant le confinement	10/11
Déconfinement: A l'école, ce député veut expérimenter le sport tous les jours	12
A la découverte du sport avec la carte Passerelle !	13/14
Ile-de-France : le vélo, piste idéale pour les déplacements après le confinement ?	14/15
Covid 19 : privés de compétitions et de recettes financières, les clubs de sport professionnel redoutent la crise	15

Tout d'abord, nous devons avoir une grande pensée pour tous nos amis et collègues qui ont disparu lors de ce triste confinement. J'en ai une toute particulière pour notre Secrétaire d'Honneur Jacques CELERIER. Nos pensées vont également vers Jean-Claude GIRARD qui a été durement frappé par un deuil.

Le sport est toujours confiné, et pour de nombreuses pratiques, cela pourrait durer encore longtemps. Malgré cela le contact doit être maintenu avec les clubs.

Notre devoir aujourd'hui est de nous préparer à la reprise progressive des activités à compter du 11 mai, mais nous devons déjà réfléchir à la manière dont nous devons protéger nos adhérents, en respectant les différentes consignes sanitaires, et tous les bénévoles que nous sommes, ainsi que nos éducateurs, nos publics, nos entraîneurs, nos arbitres, etc ... Il nous faut également songer à nos responsabilités, et à l'éventualité qu'elles soient engagées.

Cela va largement au-delà des considérations développées habituellement ici : l'éthique sportive, la charte de l'olympisme, la lutte contre la violence, ou le racisme, ...

Ce virus « covid 19 » n'aura pas disparu après le 11 mai, nous aurons donc à respecter et faire respecter toutes les consignes nécessaires pour que la pratique sportive ne soit pas un vecteur de propagation.

Nous devons pouvoir nous entraîner, reprendre notre niveau sportif d'avant, et quel que soit ce niveau, retrouver le plaisir de pratiquer, de se sentir en pleine forme.

Comme les autres secteurs d'activités de notre pays, le sport devra réinventer ses pratiques et ses modes de fonctionnement pour relever la tête et repartir. De nouvelles contraintes nous attendent, comme autant de défis et d'opportunités à faire évoluer notre modèle.

Dans ce bouleversement, la solidarité entre tous les acteurs du monde sportif devra être la règle.

Bon courage, retrouvons-nous les manches et mettons nous à l'ouvrage !

W.L

C'était mon ami...c'était mon copain

Cher Jacques, tu m'as téléphoné le 20 mars pour me demander de mes nouvelles et me donner des tiennes, tu faisais comme à ton habitude le tour de tes amis (es). Nous avions évoqué le temps présent et celui du passé qui nous était cher au cœur. Si le début du confinement nous empêchait de nous rencontrer provisoirement, nous avions la ferme intention de nous retrouver, dès que possible, autour d'une bonne table aux Ecuries de Condé à Saint Maur qui était l'un de nos « repères » !!!

Compagnon de route pendant seize années au Cdos, tu étais plus qu'un ami, un confident, un complice et presque toutes les semaines à nos bureaux nous échangeons un peu surtout : le passé, le présent, l'avenir, nos familles et bien entendu le sport qui était inséparable de nos vies, sans oublier l'histoire et la

culture.

Nous n'étions pas des taiseux et les sujets ne manquaient pas pour alimenter la conversation, comme les évolutions de la société qui n'étaient pas toujours de notre goût. Tu étais un « vieux gaulois » la tradition chevillée au corps, j'étais un peu plus modéré étant « l'ancien » moi de juin et toi de septembre 1939, un grand cru disions-nous, non sans humour que nous partageons.

Fidèle à la ville de Saint Maur où tu étais investi pleinement dans le monde associatif, tu avais su te faire apprécier d'un grand nombre de personnes dont tu étais respecté. Je me souviens avec tendresse que tu avais adopté Jessica, ma fille, avec laquelle tu avais des liens comme celui d'un grand père protecteur, vous aviez mis en œuvre le « Challenge Olympique des Familles au Parc du Trem-

blay », ton départ inattendu en a fait une orpheline... Elle t'aimait beaucoup et c'était réciproque, je le sais.

Pendant mes quatre mandats de président du CDOS je n'ai pu que me réjouir de ta fidélité dans tous les combats et dans toutes les actions que nous avons menées ensemble au sein d'une belle équipe soudée. L'absence est lourde à porter mais ta croyance religieuse me porte à dire « Nous nous reverrons un jour ou l'autre » si Dieu le veut.

Christian LOPES



Triste disparition

Nous avons appris avec une grande tristesse le décès de Jacques.

Jacques a accompli plusieurs mandats en tant que Secrétaire Général du CDOS ; lorsqu'il a décidé de mettre fin à son activité parmi nous, il a été nommé Secrétaire Général d'honneur : à ce titre il a participé à plusieurs manifestations que nous organisons et a gardé un contact avec nous.

Jacques laissera le souvenir d'un homme intègre, droit et rigoureux dans le travail qu'il a accompli au sein de notre comité; son engagement bénévole, sa disponibilité, son

dévouement ont beaucoup apporté au fonctionnement du CDOS et au sport dans le Val de Marne. Chaleureux dans ses rapports, il était apprécié par tous pour ses qualités humaines .

Pour le sport Saint Maurien, il aura apporté aussi une contribution comme historien et homme de lettres: il fut associé à la rédaction d'un ouvrage sur le sport dans cette ville et fut toujours présent dans les grands événements qui s'y sont déroulés.

Le Comité Directeur du CDOS, ainsi que les salariés, partagent la peine et la tristesse de sa famille, et lui pré-

sentent leurs condoléances.

William LEGUY, Président du CDOS

Ahcène KADEM, Secrétaire Général

Les Jeux du Val de Marne 2020 annulés

La 54^{ème} édition des Jeux du Val-de-Marne n'aura pas lieu. Les Jeux 2020 devaient se dérouler du 6 au 21 juin.

« Je le regrette bien sûr pour les près de 120 000 participants annuels de cette belle

initiative et pour tous nos partenaires institutionnels et sportifs. Mais dans le contexte difficile que nous traversons tous ensemble, c'est une décision de raison », explique Christian Favier, président du Conseil départe-

mental.

Des subventions aux associations sportives devraient être votées dans les semaines qui viennent pour affronter la période, annonce le département.



Tribune— »Les Jeux d'hier ne seront pas les Jeux de demain «

Champion olympique du 110 mètres haies et ancien ministre des Sports de Jacques Chirac, Guy Drut plaide, dans cette tribune publiée sur franceinfo, pour un renouvellement des Jeux olympiques, dont l'édition 2020, prévue à Tokyo, a été reportée à cause du coronavirus.

Ce devait être un été sportif. Euro de football, tournoi de Roland-Garros, Tour de France, championnat d'Europe d'athlétisme, mais aussi et surtout Jeux olympiques de Tokyo. L'épidémie de coronavirus a eu raison de tous ces événements sportifs, contraints, tour à tour, à l'annulation et au report. C'est le cas des JO qui devraient avoir lieu l'été 2021 et débiter le 23 juillet. Ce report représente un immense défi logistique pour les organisateurs et devrait entraîner d'importants coûts supplémentaires.

Pour Guy Drut, ancien champion olympique du 110 mètres haies, sacré en 1976 à Montréal, ex-ministre des Sports sous Jacques Chirac et membre du Comité international olympique (CIO), il faut se saisir de ce contretemps pour réinventer les JO. Ce grand rendez-vous sportif devra être plus "sobriquet et responsable". Il appelle égale-

ment à revoir le projet pour Paris 2024 qui apparaît aujourd'hui "obsolète, dépassé, déconnecté de la réalité". Il s'exprime ici librement :

Chacun l'a compris, la crise que nous traversons impacte durablement notre quotidien, notre façon de vivre, notre économie, notre pacte social, notre choix de société. De fait, elle ne peut, ni ne doit rester sans effet sur l'impérieuse nécessité qui nous est faite de nous réinventer. Elle nous oblige.

Les Jeux olympiques et paralympiques ne font pas exception à ce nouveau contexte. Ils doivent eux aussi se réinventer. 2020 devait être une année olympique avec les Jeux de Tokyo, et marquer le début de notre olympiade, Paris 2024. Il n'en sera rien : fort logiquement, et à raison, le CIO, d'un commun accord avec le Comité d'organisation des jeux de Tokyo, a tranché pour leur report. Mais la réponse à cette crise peut-elle se traduire par le seul report de dates, sans que le modèle, tant économique qu'organisationnel, des Jeux soit également profondément repensé ? Le report des Jeux de Tokyo va coûter cher, très cher... Environ trois milliards de dollars, selon l'estimation de Kyodo News, par exemple.

"Repenser et adapter les JO"

"Ce n'est pas le plus fort de l'espèce qui survit, ni le plus intelligent. C'est celui qui sait le mieux s'adapter au changement", disait Charles Darwin. Le célèbre naturaliste nous a enseigné l'impérieuse nécessité de nous adapter. Les Jeux olympiques et paralympiques sont une fête, le rendez-vous d'une vie pour les athlètes de tous horizons et toutes nationalités. Ils ont vocation à réunir le monde. Ils sont le Sport. Un moment unique de paix universelle, de rencontres, de respect de l'autre...

« Pour toutes ces raisons et bien d'autres, les Jeux sont utiles – plus encore en période de crise. »
Guy Drut

C'est la raison pour laquelle ils doivent avoir lieu. C'est la raison pour laquelle nous devons les repenser pour les adapter, pour leur conserver leur adéquation au monde qui change. Ils ne pourront pas se tenir à n'importe quel prix, déconnectés de la réalité, en "marge" du monde.

« Le beau projet que nous avons construit et porté en phase de candidature pour Paris 2024 est aujourd'hui



Guy Drut

« Pour toutes ces raisons et bien d'autres, les Jeux sont utiles – plus encore en période de crise. » Guy Drut

»

obsolète, dépassé, déconnecté de la réalité. » Guy Drut

Il n'est plus en phase avec le réel. Si dans son esprit, il doit rester inchangé, il nous faut revoir ses moyens, et nous recentrer sur l'essentiel. La première nécessité, c'est ainsi de faire une réévaluation budgétaire de ce que vont coûter les JO de Paris 2024.

"Imaginer un nouveau modèle"

Les Jeux d'hier ne seront pas les Jeux de demain. Nous devons l'accepter et imaginer ensemble un nouveau modèle. D'ici quelques semaines et comme j'en avais exprimé le souhait, le CIO pourrait réunir les Comités d'organisation des prochains Jeux olympiques (Tokyo, Pékin, Paris, Milan, Los Angeles). L'objectif de cette rencontre sera - dans la droite ligne de "l'Agenda 2020" qui avait

déjà posé les bases du changement - d'explorer de nouvelles pistes, de penser utile, sobre, et responsable.

« Pourquoi, par exemple, ne pas mutualiser des sites sur plusieurs éditions des Jeux afin de réaliser des économies d'échelle ? » Guy Drut

On pourrait ainsi sanctuariser certaines épreuves sur un seul et même site, quel que soit le pays organisateur. Cela coûte très cher de construire de nouveaux équipements pour une épreuve qui dure, elle, seulement trois/quatre jours.

Prenons le cas du surf. Le site olympique pourrait toujours être le même et se situer, par exemple, à Tahiti ou Hawaï. Même chose pour le canoë-kayak, où il faut construire une rivière artificielle à chaque nouvelle édition. Il s'agit, là encore, de réutiliser des sites existants. Il faut

garder l'unité de temps avec des JO qui se déroulent de telle date à telle date, mais l'unité de lieu et d'action peuvent varier. Autre piste de réflexion : la limitation du nombre de sports additionnels au programme.

« Pour toutes ces raisons et bien d'autres, les Jeux sont utiles – plus encore en période de crise. » Guy Drut

L'occasion nous est ainsi donnée de rappeler le principe cher à Antonio Guterres, secrétaire général des Nations Unies, selon lequel rester fidèle à "l'esprit olympique" nous ramène à l'essentiel et nous prémunit du superflu. Tout le monde s'accorde sur le constat de la nécessité de renouvellement, il nous appartient de trouver le "comment" de ce nouveau modèle.

Source : franceinfo

Marie-Georges Buffet : « Le sport n'est pas quelque chose de secondaire »

Marie-George Buffet est directement touchée par le coronavirus. Placée en confinement depuis début mars, la ministre des Sports du gouvernement Jospin (mai 1997 - mai 2002) ne s'est pas sentie très en forme ces derniers jours (début avril) et s'en sort progressivement. Au téléphone, rien ne transparait. Celle qui a été le fer de lance de la lutte contre le dopage est toujours aussi dynamique dès qu'il s'agit d'évoquer la chose sportive, en particulier dans cette période difficile.

Au vu de la situation actuelle, quel regard portez-vous sur le sport ?

M-GB : "Tout d'abord, un

constat. Le mouvement sportif a pris de sages décisions : celle de préserver la santé des sportifs et de leurs supporters, de préserver l'équité par rapport à des pays qui sont moins touchés aujourd'hui par le coronavirus. Je me réjouis enfin que le CIO ait pris la décision de reporter d'un an les Jeux Olympiques et Paralympiques. Ça va permettre à ces Jeux d'avoir tout leur rayonnement et d'être la grande fête du sport. Je pense que si ça c'était déroulé en septembre ou en octobre, il y aurait eu des injustices.

Après, concernant la privation du sport, je pense d'abord à tous ces jeunes qui ne peuvent pas aller au gym-

nase ou sur un stade et qui se retrouvent confinés chez eux. Il va falloir réorganiser toute une pratique au sein des clubs quand ça sera terminé pour leur permettre de retrouver leur activité sportive.

Quelles conséquences sur ces sportifs, sur leurs clubs, qu'ils soient amateurs ou professionnels ?

M-GB : "Peut-être que ça va faire réfléchir le monde du sport de haut niveau et notamment le monde professionnel sur la question des calendriers. Il faudra peut-être revisiter des calendriers qui restent trop chargés. Ensuite, il va peut-être falloir réfléchir sur le modèle écono-



Marie-Georges Buffet

mique de certains clubs professionnels, tout ce qui concerne le contrôle des budgets, créer des salaires maximums. Ce sera peut-être le moyen de réfléchir sur cette course à la marchandisation qui a atteint ses limites. Le monde sportif doit se poser, discuter et s'interroger sur l'après. Au plan économique, au plan social, on ne pourra pas recommencer comme avant, du moins je l'espère. Et bien je pense que sur le plan sportif, c'est pareil. Il va falloir se repositionner par rapport à certains modèles."

Comment s'y prendre ?

M-GB : "Il faut encadrer les salaires, peut-être faire en sorte que les budgets des clubs soient également limités. Il faut assainir la profession des agents sportifs, régler aussi les problèmes liés aux transferts. Il faut faire marche arrière par rapport à cette course au financement, d'ailleurs on voit que cela fait perdre de l'intérêt au spectacle sportif. Quand vous avez des clubs qui se détachent tellement grâce à leur manne financière, l'intérêt du championnat devient moindre. Dans l'intérêt même du sport, il faut qu'il y ait une réflexion, qu'on calme le jeu et qu'on reparte sur des budgets plus équitables."

Et pour le sport amateur ?

M-GB : "Il faut redonner au ministère des Sports toute sa

place et tous ses moyens. Il doit prendre en charge la sortie de cette crise sanitaire en redonnant des moyens aux clubs, je parle là de toutes les subventions d'Etat mais également donner la possibilité aux collectivités territoriales d'aider - comme elles le font déjà - les clubs sportifs. Il faut aussi trouver le moyen de valoriser le travail des bénévoles. On a longtemps parlé pendant des décennies d'un statut des bénévoles, il faut aller plus loin pour encourager le bénévolat, aller vers ce statut du bénévole qui permettrait d'ailleurs qu'ils aient des droits et donc aussi des devoirs. Cela nous permettrait aussi, en lien avec les événements que l'on a connus ces derniers mois (NDLR : de nombreuses affaires de violences sexuelles dans le sport ont été révélées ces dernières semaines) de pouvoir avoir un certain contrôle de l'encadrement des clubs. Et puis, je pense qu'il faut développer l'éducation physique et sportive, dans l'Education Nationale elle n'a pas été valorisée ces dernières années, elle n'est plus reconnue dans un certain nombre de diplômes, elle est peu pratiquée au niveau de l'université, il y a un effort considérable à faire pour la revaloriser l'EPS."

Avec quels moyens financiers ?

M-GB : "J'ai entendu les propos de ceux qui nous gouvernent. Ils disent que rien ne

pourra plus être comme avant et ont balayé l'idée qu'il faut restreindre les dépenses publiques, notamment dans les hôpitaux. Nous sommes obligés de penser à la sortie de cette crise. Pour tout le mouvement culturel, il va falloir aider des dizaines de salles à repartir, aider les intermittents du spectacle, on va être obligés de débloquer des financements partout. Là on est dans l'urgence économique, dans l'urgence sociale, dans l'urgence humaine.

Le sport est un des vecteurs de bien-être, un lieu de convivialité, un terreau social, c'est bon pour la santé, on y apprend des règles, il va donc falloir donner des moyens au ministère des Sports et à l'Agence Nationale du Sport pour contribuer au développement de la pratique. Ça doit passer par des équipements. Tout ce que je dis, on le disait déjà il y a quelques mois, et les budgets n'ont pas suivi ! L'ANS ce n'est que 300 millions d'euros, 50 personnes. Le ministère des Sports, il y a encore du personnel mais il n'y a plus de moyens. Les missions sont difficilement discernables entre le Ministère et l'ANS, il va falloir clarifier tout cela et faire en sorte que les budgets puissent avoir un niveau qui permette de développer la pratique sportive."

Source : sport.francetvinfo.fr

« Le sport est un des vecteurs de bien-être, un lieu de convivialité, un terreau social, c'est bon pour la santé, on y apprend des règles, il va donc falloir donner des moyens au ministère des Sports et à l'Agence Nationale du Sport pour contribuer au développement de la pratique. »

Violences sexuelles : Roxana Maracineanu veut systématiser le contrôle de l'honorabilité des bénévoles dans les associations sportives

La ministre des sports Roxana Maracineanu a indiqué qu'elle voulait systématiser dès la prochaine rentrée

sportive, le contrôle de l'honorabilité des bénévoles dans les associations sportives à la suite des différents scandales

de violences sexuelles.

À la suite des révélations en début d'année sur les vio-



Roxana Maracineanu

lences sexuelles dans le sport, et notamment dans le patinage artistique révélées par L'Équipe, la ministre des sports Roxana Maracineanu a confié au Monde qu'elle voulait systématiser le contrôle de l'honorabilité des bénévoles dans les associations sportives, à travers une consultation automatisée et informatisée de données judiciaires.

Violences sexuelles : la jeunesse volée des patineuses

« Mon rôle, celui du ministre, est d'animer, d'encourager

mais aussi de s'assurer que le mouvement sportif prend les mesures pour bâtir un véritable cordon sanitaire autour des pratiquants, a déclaré Maracineanu. Je veux que la saison prochaine, les familles qui inscriront leurs enfants dans un club, une association sportive [...] soient assurées qu'il y a un avant et un après ces révélations dramatiques. »

La création d'une plateforme sécurisée

La ministre compte adresser un courrier aux Fédérations sportives pour indiquer les étapes de la saison prochaine

avec notamment la création d'une plateforme sécurisée qui permettrait de faire remonter les informations sur les bénévoles recensés, avant d'effectuer une consultation automatique du fichier judiciaire automatisé des auteurs d'infractions sexuelles ou violentes (FIJASV).

Le ministère, toujours selon Le Monde, souhaiterait également, afin de responsabiliser davantage les clubs, donner une interprétation plus large à la notion d'« encadrant » que celle d'un entraîneur titulaire d'une qualification.

«Le confinement peut être une occasion unique de faire le point sur ce qui est fondamental, notamment la santé »

La psychothérapeute Meriem Salmi, ex-responsable du suivi psychologique à l'Institut national du sport (INSEP), a répondu aux questions de lecteurs du Monde sur l'absence de sport lors du confinement.

Marco : A votre avis, le manque de sport peut-il influencer notre état psychologique pendant ces jours à la maison ?

Effectivement, le manque de sport impacte notre état psychologique, notamment par une augmentation du stress et une atteinte à l'humeur. Il est important de maintenir une activité physique avec les moyens dont vous disposez. Il ne s'agit pas nécessairement de sport. Si vous n'aimez pas le sport, optez pour toute activité qui mette votre corps en mouvement : danse, bricolage, ménage, téléphoner debout...

Sothany : Je voudrais savoir si le manque d'activité physique, même moindre, comme marcher pendant ses courses au supermarché, pouvait avoir un grave impact sur notre santé (notamment d'un point de vue cardiaque) ?

Nous, humains, ne sommes pas faits pour ne pas bouger. Nous savons aussi que cela peut avoir un impact physique, être source notamment de problèmes cardiovasculaires. C'est aussi pour cette raison qu'il est recommandé d'avoir une activité physique d'au moins trente minutes par jour pour un adulte.

Il suffit de bouger, d'être en mouvement et vous verrez que vous serez assez facilement à trente minutes. Cela étant dit, si vous présentez dès aujourd'hui des vulnérabilités cardiaques, n'hésitez pas à prendre contact avec votre médecin pour faire le

point avec lui.

Zéro motivation : Je voulais faire de la marche rapide tous les jours autour de chez moi, mais je n'arrive pas du tout à me bouger pour quoi que ce soit. Aurais-je avantage à me forcer ?

La situation actuelle peut effectivement ne pas être très motivante pour sortir ou se bouger, je comprends. Cela dit, moins on bouge et moins on en a envie. Il faut donc être vigilant, pour ne pas tomber dans ce cercle vicieux. Mais peut-être que la marche rapide n'est pas ce qui vous excite le plus. Si c'est le cas, vous pouvez sûrement faire autre chose. Il est important que l'activité que vous pratiquez soit aussi un minimum plaisante pour vous. Ne vous forcez pas à faire quelque chose qui ne vous plaît pas, cela ne fonctionnera pas. Trouvez une activité qui soit source de



plaisir.

Sportifdesalon : Avec le confinement, je me suis imposé une activité physique quotidienne. Cela fait un bien fou et j'ai presque peur de perdre cette habitude et de ne plus avoir le temps une fois le confinement levé, quand la vie (et le travail) reprendra son cours...

Se faire un bien fou est un plaisir immense et il est interdit de pouvoir s'en passer. Cela étant dit, le quotidien et ses routines classiques peuvent effectivement anéantir toutes ces activités qui nous font du bien et sont même souvent indispensables à notre équilibre. Il est important d'en prendre conscience, pas seulement intellectuellement mais aussi dans notre vie. Ce moment particulier de notre vie peut être une occasion unique de faire le point sur ce qui est fondamental, et notamment la santé.

Pour cela, à la sortie du confinement, dans votre agenda, réservez des plages horaires à votre activité physique. Pour que cet objectif tienne sur le long terme, il faut évidemment qu'il soit réaliste. Ne soyons pas trop ambitieux, faisons preuve d'humilité et regardons ce qu'il nous est possible de faire. Ainsi, si nous n'avons que quinze minutes, eh bien, ce n'est pas grave ! Composons avec notre réalité et non l'illusion. L'essentiel reste une pratique régulière et de plaisir. Les contraintes, obligations, pressions, illusions nous mèneront inévitablement à abandonner nos beaux objectifs.

Alain : J'avais l'habitude de faire 10 000 pas quotidiens. Depuis le confinement, je ne suis plus sorti que pour les

courses. Là, je me suis dit qu'il fallait que je sorte pour remarquer et j'ai été très vite essoufflé. J'ai 64 ans : l'âge entre-t-il aussi en ligne de compte ?

L'âge entre en compte mais je ne suis pas certaine qu'il s'agisse uniquement de votre âge. Je m'occupe de sportifs de haut niveau et je peux vous assurer qu'ils me disent tous, lorsqu'ils reprennent l'entraînement après quelques jours de repos, que c'est difficile. Si cela peut vous rassurer, vous pouvez aussi poser la question à votre médecin.

J'aime pas courir : Est-on vraiment condamné à bouger ? Ne peut-on choisir d'être contemplatif, de revendiquer le droit à la paresse, à l'ennui, à la réflexion, à la méditation et y trouver son équilibre ?

Moi non plus je n'aime pas courir ! Vous avez le droit évidemment. Ce que j'essaie de transmettre n'est certainement pas une injonction ni une obligation, mais plutôt l'intérêt d'une activité physique. Et aussi les risques liés au manque d'activité physique. Belle méditation et autres activités contemplatives !

Sportive alarmée : J'arrive à faire du sport à la maison ou un peu de jogging, mais pour moi le vrai stress est de penser au retour à la salle de sport. Ce que je vais devoir faire pour récupérer ce que j'ai perdu en termes cardio, poids soulevés, etc. Déjà après 2-3 semaines de vacances, c'est dur...

C'est ce qu'on appelle l'anticipation anxieuse. C'est particulièrement répandu chez les personnes plutôt très actives.

Votre reprise doit se faire progressivement et en douceur. Très souvent, les sportifs souhaitent retrouver trop rapidement leur performance habituelle, ce qui produit l'effet totalement inverse. La violence exercée sur votre corps et votre tête laisse des traces mnésiques et physiques importantes, ce qui explique votre appréhension. Elles reviennent en mémoire physique et psychique. Prenez le temps de vous retrouver tranquillement. Plus on exerce de violence et plus le corps et la tête résistent pour se protéger. Donc on y va progressivement et vous verrez que vos performances reviendront beaucoup plus vite.

Charlène : Pensez-vous que l'activité physique peut être un bon moyen d'accompagner les Français vers le déconfinement, notamment sur le plan psychologique ? Et si oui, de quelle manière ?

Tout à fait, c'est un excellent vecteur d'amélioration de la santé au sens large du terme et je pense depuis très longtemps que l'on n'exploite pas l'activité physique à sa juste valeur. Les activités intellectuelles ont toujours été beaucoup plus valorisées, sous entendant que l'activité physique n'avait pas grand intérêt. C'est pour moi une erreur, nous savons aujourd'hui les effets extrêmement bénéfiques de l'activité physique.

Les recherches scientifiques nous apportent la démonstration qu'elle a un effet majeur sur le cerveau. En ce qui me concerne, j'ai souvent été la risée d'un large nombre de personnes lorsque je défendais l'idée que le sport était au service du développement de l'intelligence. Nous en



avons aujourd'hui les preuves scientifiques grâce aux neu-

rosiences. Nous savons que les personnes qui pratiquent

gèrent beaucoup mieux leur anxiété, leur stress, qu'ils ont

« On n'a jamais autant fait de sport que depuis qu'on est confinés ! » : la partie émergée de l'iceberg ?

Il n'y a qu'à regarder par la fenêtre, dans la presse ou sur les réseaux sociaux : on n'a jamais vu autant de personnes pratiquer du sport que depuis que le confinement a été imposé. Entre la famille voisine qui sort deux fois par jour pour une balade poussette-roller-trottinette dans le quartier, le voisin féru de vélo qui passe son temps sur sa monture dès l'apparition des premiers rayons de soleil, le jeune couple qui se découvre soudainement une passion pour la course à pied, ou encore la voisine qui suit sur son grand écran, musique à bloc, le dernier cours virtuel de body training animé par son coach préféré, les exemples ne manquent pas.



Confinés chez nous, les réseaux sociaux font inévitablement davantage partie de nos passe-temps favoris qu'à l'accoutumée. Chacun s'en donne à cœur joie : entre les « Covid-19 challenges » qui inondent nos fils d'actualité d'exploits physiques... et de papier-toilette, les parents qui partagent fièrement leurs incroyables parcours de motricité confectionnés avec amour pour leurs bambins, les selfies en plein effort « #fightcovid19 », il y a vraiment de quoi culpabiliser à rester calmement chez soi à attendre que la crise passe... Mais est-ce que tout cela ne serait pas que le fruit d'un concours de circonstances exceptionnel ? Ne nous voilons pas la face en observant la rutilante et illusoire partie émergée de l'iceberg ?

Théorie de la motivation

Cette expérience unique, in vivo et sans essais cliniques préalables, met à rude épreuve nos habitudes au point d'altérer fortement notre quête du graal à tous : vivre heureux, en embrassant pleinement nos besoins psychologiques fondamentaux. Pourquoi parler de ces besoins ? Car ce sont ces derniers qui nous poussent à l'action, et en parlant de sport, qui vont nous motiver à enfiler nos baskets ou alors à rester confortablement dans notre canapé.

Il n'existe bien sûr par qu'une seule théorie de la motivation. Tentons d'expliquer ce qui se passe pendant cette crise au travers d'une d'entre elles, la théorie de l'autodétermination. Au cours de notre existence, et ceci est vrai dans le domaine du sport, nous sommes poussés à l'action par trois grands besoins psychologiques qui vont contribuer à notre bien-être :

Le besoin d'autonomie : c'est le besoin de se sentir à l'origine ou à la source de ses actions. En période de confinement, en voilà déjà un qui est mis à mal ! Plus question de faire ce qu'on veut. Que fait maintenant le footballeur qui avait l'habitude d'aller jouer avec ses amis sur le terrain voisin ? Que fait la grand-mère dont la routine du dimanche était d'aller nager ses 25 longueurs à la piscine publique ? Que fait

l'adepte d'équitation privé de ses sorties ? Ce recul de notre niveau d'autonomie pourrait-il être à la base des comportements observés qui frôlent voire dépassent les restrictions imposées par nos autorités ? Une frustration de ce besoin peut sans aucun doute mener à une recherche de liberté qui n'avait jamais été explorée auparavant.

Le besoin de compétence : il traduit notre désir de se sentir efficace, utile par rapport à notre environnement. Un artisan dont le savoir-faire est reconnu de tous, un enseignant qui transmet son savoir à ses élèves, un retraité qui partage son expérience bénévolement dans une association, un jeune sportif qui montre fièrement à ses parents le geste technique qu'il vient d'apprendre dans son club. De nouveau, satisfaire ce besoin universel implique une adaptation temporaire de nos comportements, dans la limite de ce qui est autorisé. Le parcours de motricité « maison » permet à l'enfant d'exprimer sa compétence à ses parents, à défaut des habituelles gratifications de l'enseignant ou de l'entraîneur. Les 20 minutes de course à pied sans s'arrêter ou la séquence d'abdos-fessiers réalisés dans leur intégralité peuvent aussi nous apporter cette source de satisfaction personnelle, d'autant plus si un certain nombre de pouces levés valorisent virtuellement notre action.

Le besoin d'appartenance

sociale : Chacun aspire à être affilié à un réseau, plus ou moins étendu, de personnes importantes à ses yeux. Ce besoin de se sentir connecté et supporté par d'autres personnes, nous l'avons chacun comblé à notre manière. La famille, les amis, les collègues ; tout un maillage distendu par un éloignement physique sans précédent. C'est sans doute dans la poursuite de ce besoin que nous partageons plus que de raison la moindre de nos activités sur les réseaux sociaux ; du moins les activités que l'on va juger socialement acceptables et valorisantes. Le selfie course à pied/vélo ou la vidéo du « Covid-19-challenge » en mode jonglage ou gainage avec du papier toilette en font partie. Mais étant donné que l'on ne partage que ce que l'on veut bien partager, qu'en est-il du reste ? Avouez que le selfie assis dans son canapé circule beaucoup moins sur les réseaux... On aborde ici un des nœuds du problème.

Si ceux qui se mettent en mouvement régulièrement étaient, à l'image de la partie émergée de l'iceberg, sous un miroir grossissant ? Qu'en est-il des autres ? De tous ceux qui, volontairement ou non, ne sont plus en mesure de se mettre suffisamment en mouvement ?

Inégalités face à l'activité physique

Nous ne sommes pas tous égaux face au sport et à l'activité physique. La situation actuelle pourrait avoir tendance à accentuer ces inégalités. Les parents confinés à temps plein dans un appartement avec leurs enfants, les indépendants qui doivent dans l'urgence se renouveler pour espérer faire persister

leur activité, le personnel hospitalier qui se donne corps et âme pour sauver la vie des autres, ou enfin tous ceux qui n'ont pas encore ancré la pratique d'activité physique dans leurs habitudes et qui ont besoin d'un soutien extérieur pour persévérer : nous vivons tous un avant et un après Covid-19.

Il est légitime que nos yeux soient prioritairement tournés vers des besoins de sécurité, comme l'explique Maslow dans sa célèbre pyramide des besoins. Durant et après cette crise sanitaire (nous l'espérons au plus vite), l'activité physique devrait toutefois, dans la mesure du possible et avec toutes les précautions nécessaires, faire partie de notre quotidien.

Selon l'Organisation mondiale de la Santé (OMS), le manque d'activité physique est considéré comme le quatrième facteur de risque de décès dans le monde et est considéré comme un des principaux facteurs de risque de maladies cardiovasculaires ou de cancers, occupant les deux premières places de ce funeste podium. Avant confinement, près d'un individu sur trois dans le monde n'était pas suffisamment actif que pour se maintenir en bonne santé.

Alors oui ce constat n'est pas forcément visible à l'œil nu. D'autant plus que le Covid-19 a attendu le retour des beaux jours pour frapper à la porte de nos contrées ; car comme pour la saison des barbecues, il est clairement établi que nous bougeons plus au printemps ou en été qu'en hiver.

Préserver son capital mouvement

Préserver son capital mouvement pendant le confinement, c'est donc en quelque sorte préserver son capital santé et son capital immunitaire, si précieux à l'heure actuelle. L'OMS adresse d'ailleurs officiellement, au-delà des recommandations officielles, certains conseils pratiques (même en situation de quarantaine) pour nous aider à rester actifs en confinement. Les exemples d'activités ne manquent pas, l'essentiel étant de les choisir en fonction de vos goûts et motivations tout en respectant les recommandations des experts.

Pour conclure, revenons à notre iceberg... d'activité physique. Même si cela n'est pas visible par tous, sa fonte est belle et bien réelle durant cette période de confinement. Ne nous attachons peut-être pas autant à sa partie émergée, augmentée par le miroir grossissant des réseaux sociaux et de notre observation accrue du « visible ». Prêtons plutôt attention à sa portion immergée, beaucoup plus vaste et silencieuse, représentée par tous ceux qui ont mis de côté le mouvement de leur vie quotidienne.

Chaque minute en mouvement est une minute de lutte contre la sédentarité. Prendre les escaliers, se lever régulièrement de son canapé, passer un appel en marchant plutôt qu'assis, relever le défi qui vous motive, jardiner, bricoler, danser : ces gestes simples sont une première étape vers un corps en mouvement. Les premières minutes sont celles qui apportent le plus de bénéfices en matière de santé. Chacun peut donc, au regard de ses possibilités, besoins et motivations, intégrer un minimum d'activité physique

« Durant et après cette crise sanitaire (nous l'espérons au plus vite), l'activité physique devrait toutefois, dans la mesure du possible et avec toutes les précautions nécessaires, faire partie de notre quotidien. »

Déconfinement : Faire du sport, oui, mais il faudra suivre ces règles

À partir du 11 mai, le déconfinement dévoilé par Edouard Philippe se fera progressivement. Mais il a annoncé que les saisons de sports pro ne reprendraient pas.

C'est un triste jour pour le sport professionnel, un peu moins pour les nouveaux sportifs du confinement. Lors de son allocution sur le plan de déconfinement ce mardi 28 avril, Edouard Philippe a donné des précisions quant aux nouvelles règles s'appliquant aux déplacements.

Ces dernières seront plus souples, mais il faudra tout de même respecter certains points pour faire son sport.

À partir du 11 mai, "il sera possible, les beaux jours aidant, de pratiquer une activité sportive individuelle en plein air en dépassant évidemment la barrière actuelle

du kilomètre et en respectant les règles de distanciation physiques", a annoncé le Premier ministre. Dès cette date, il sera en effet possible de circuler sans attestation jusqu'à 100 km du domicile. Voilà qui ouvre la voie à la reprise de l'entraînement individuel sur route notamment pour les marathoniens et cyclistes.

Les salles de sport toujours fermées

Toutefois, "il ne sera possible de pratiquer du sport ni dans des lieux couverts, ni des sports collectifs, ni des sports de contact." Faites donc (encore) une croix sur les salles de sport (fitness, crossfit, escalade, gymnases...) au moins jusqu'au 2 juin, date de la nouvelle étape du déconfinement. De nouvelles mesures pourraient alors être prises en fonction du niveau de l'épidémie.

"Je donne rendez-vous aux Français à la fin du mois de mai pour évaluer les conditions dans lesquelles nous organiserons une nouvelle phase de déconfinement, et prendrons en particulier des décisions sur l'organisation des cafés, des restaurants, des vacances", a indiqué Edouard Philippe.

D'autre part, le Premier ministre a donné un grand coup au monde sportif en annonçant que "la saison 2019-2020 de sports professionnels, notamment celle de football, ne pourra pas reprendre". Ce qui laisse en suspens l'achèvement de la saison 2019-2020 du Top 14 de rugby prévue à la fin de l'été, et la tenue du Tour de France, reprogrammé du 29 août au 20 septembre.

Source : Huffingtonpost



Coronavirus : la grande débrouille des profs d'EPS pendant le confinement

Enseigner l'éducation physique et sportive pendant le confinement ? Sacrée galère pour les profs d'EPS. Face à la tentation des adolescents de passer leurs journées sur Netflix, les profs restent en première ligne, même à distance, pour préserver la santé et le moral de leurs collégiens. Comme d'autres de ses collègues, Philippe Dheu, professeur à Aulnay-sous-Bois (93), a échafaudé huit défis pour les motiver afin qu'ils préservent leurs muscles principaux. « Le but n'est pas qu'ils s'entraînent. C'est qu'ils s'entretiennent. » Au menu : squats, l'exercice

de la chaise, de la planche, ou encore des jumping jacks, mais « que des choses déjà vues en cours, pour éviter les blessures ». Rien n'est imposé mais, comme ses confrères, l'enseignant rappelle les précautions de base vues en classe et redonnées par l'Éducation nationale : bien s'échauffer, bien s'étirer, et bien s'hydrater. « Certains élèves m'ont demandé de leur envoyer plus d'exercices : je leur en ai ajouté quatre ! » Comme le confinement s'allonge, Philippe Dheu a aussi proposé à ses élèves l'idée de faire un exposé sur un sport ou un athlète, au choix. « J'ai

reçu un super diaporama sur le sport féminin, un exposé sur Kathrine Switzer, un dossier sur Jesse Owens... »

Un challenge « Hunger Games » entre classes

Certains profs regorgent de créativité durant ce confinement. C'est le cas de Brenda Di Crescenzo. Enseignante d'EPS en collège à Clichy-sous-Bois (93), elle a envoyé à ses élèves un tutoriel pour fabriquer des balles de jonglage et apprendre à les manipuler. La prof a aussi imaginé un challenge interclasses « Hunger Games » pour ses



élèves. Sur une vidéo postée sur YouTube, elle exécute de son salon une série d'exercices de renforcement vêtue en Katniss Everdeen, l'héroïne de la célèbre saga. Mountain climbers, fentes... les élèves doivent reproduire le circuit.

« Plus ils répètent le circuit d'affilée, plus ils amassent de points. » Brenda Di Crescenzo décerne des récompenses individuelles. La médaille d'or de la persévérance, celle du sportif le plus engagé... un défi à la fois individuel et collectif. « Comme dans le film, les élèves vont devoir s'allier à d'autres personnes pour terminer premier. Ils m'envoient aussi des vidéos : je vérifie que le geste a bien été fait et je les conseille sur leur posture »

Le jeu de l'oie de l'EPS, à faire en famille

Enseignant d'EPS au collège Flora Tristan, dans le 20^e arrondissement de Paris, Matthieu Dejean a conçu, avec ses collègues, un challenge hebdomadaire : réaliser le plus de chaises, le plus de pompes... Effet inattendu, les parents confinés ont aussi commencé à faire les défis proposés à leurs bambins. « Ils étaient super enthousiastes. Du coup, on a ajouté une équipe au défi, celle des parents d'élèves. »

C'est aussi pour entretenir le lien familial qu'Aude Flament, prof d'éducation physique et sportive au collège Bel Air de Meudon (92), a eu l'idée de son jeu de l'oie de renforcement musculaire. « Un jeu de société, ça se fait à plusieurs. Ils sont bloqués à la maison avec leurs parents, parfois dans un petit espace, donc autant qu'ils se challen-

gent et s'amuse. » Une case départ, une case arrivée, 46 cases d'exercices entre deux. Les élèves lancent le dé : selon la case, on doit effectuer 10 squats, 20 jumping jacks... et espérer ne pas tomber sur la case 40, celle qui renvoie à la case départ ! Garder un contact humain par le sport

Dans cette période d'isolement, la continuité de l'EPS passe par le maintien de la relation avec les élèves. Florent Simon, prof d'EPS au collège Vauban à Maubeuge (59), a lancé avec ses collègues une chaîne YouTube. Montées de genoux, burpees ou squat jumps, face caméra, sur fond de musique pop. « En EPS, le contact humain est important. On se dit que l'un des meilleurs moyens de rester en lien, c'est de passer par YouTube, car c'est leur terrain... »

« Dans le Val-de-Marne, de nombreuses associations et plusieurs comités utilisent les moyens numériques pour rester en contact avec leurs adhérents. »

Parfois même, les profs découvrent différemment leurs élèves. « J'ai une collégienne qui m'a fait un exposé sur Tommie Smith, raconte Philippe Dheu. Il y a 13 ans, il est venu inaugurer un stade en Seine-Saint-Denis où son père était coach. Dans l'exposé qu'elle m'a envoyé, il y a une photo d'elle dans les bras de Smith. C'est une belle histoire, je lui ai proposé de la raconter quand on reprendra

les cours. » Aude Flament, elle, se prépare déjà au moment où elle va retrouver ses collégiens. « J'encadre l'AS (association sportive) de crossfit, donc là, je suis en train d'imaginer un plateau de jeu de l'oie géant, sur lequel on pourrait se déplacer comme des pions. Ce sera drôle de faire ça en vrai avec eux. » D'ici là, il va falloir réviser son cardio.

Dans le Val-de-Marne, de nombreuses associations et plusieurs comités utilisent les moyens numériques pour rester en contact avec leurs adhérents.

C'est notamment le cas de l'Etoile de Villecresnes (minigym, gymnastique artistique et trampoline) dont les monitrices proposent à leurs élèves des défis vidéos et des tutoriels sur la page Facebook de l'association.

Quant à l'USEP et l'UFOLEP 94, les deux comités ont créé une chaîne Vimeo où sont proposés des vidéos de relaxation pour tous (10 minutes pour rester zen) et des défis produits par des adhérents, amis ou d'autres comités UFOLEP/USEP (<https://vimeo.com/channels/usep94>).

Sources : L'Equipe et usep94.fr



Déconfinement: A l'école, ce député veut expérimenter le sport tous les jours

Le député LREM François Cormier-Bouligeon a écrit aux ministres des Sports et de l'Éducation nationale pour "expérimenter" cette idée inspirée de l'Allemagne.

C'est une aubaine. Ou en tout cas, une occasion. En pleine épidémie de coronavirus et alors que les stratégies de déconfinement s'affinent en vue du 11 mai, le député LREM du Cher, François Cormier-Bouligeon, fait une proposition nouvelle pour les écoles au moment même où Jean-Michel Blanquer dévoile son plan de reprise.

Le président du groupe d'études "Sports" à l'Assemblée nationale travaille sur la question des rythmes scolaires et de la montée en puissance du sport à l'école depuis plus de deux ans. Son idée: renforcer l'éducation physique et sportive du CP au CM2 où la pratique est encore insuffisante à ses yeux. Sur le modèle de l'Allemagne, il souhaite "tisser une passerelle entre les professeurs d'EPS et les éducateurs des clubs sportifs pour donner une plus grande importance au sport à l'école".

Savoir fondamental le matin, sport l'après-midi

Concrètement, il plaide pour des journées plus équilibrées entre enseignements des savoirs fondamentaux le matin et des agendas "plus allégés" l'après-midi pour les élèves du premier degré avec "des activités physiques et sportives ou culturelles l'après midi".

Il aimerait profiter de la période du déconfinement qui sera nouvelle sur le plan de

l'organisation scolaire comme l'a annoncé Jean-Michel Blanquer pour mettre en œuvre son plan, "à titre expérimental", "sur la base du volontariat" et "en appliquant les gestes barrières", comme il l'explique au HuffPost: "À titre expérimental, puisqu'on va avoir un mois et demi de cours, sur la base du volontariat et avec les gestes barrières, profitons de ce moment pour voir si dans telle ou telle commune de France on peut mettre en place ces journées", plaide-t-il.

"Triple intérêt"

Dans un courrier que Le HuffPost a consulté, daté du 20 avril 2020, cet élu a écrit aux ministres de l'Éducation nationale, Jean-Michel Blanquer et à Roxana Maricinea, ministre des Sports. Il défend sa proposition qui présente, selon lui et la vingtaine de députés également signataires, un "triple intérêt": "sortir du confinement de manière innovante, renforcer la place du sport à l'école et soutenir financièrement les clubs amateurs dont les recettes ont chuté du fait de la crise sanitaire".

"Il faut dédoubler les classes pour respecter les gestes barrières. Une partie de la classe serait sur les savoirs fondamentaux le matin par exemple, et l'autre partie de la classe ferait ces activités physiques et sportives, et inversement l'après-midi", propose-t-il, rappelant que "le dédoublement des classes fonctionne formidablement bien en CP et CE1 pour les REP et REP+", réseau d'éducation prioritaire, NDLR.

"L'EPS ce n'est plus du tout pensable"

Un directeur d'école interrogé par Le HuffPost le 20 avril sur un autre sujet trouvait lui, l'idée incongrue de reprendre le sport à l'école à partir du 11 mai. "Faire de l'EPS, ce n'est plus du tout pensable, imaginable", expliquait Pascal Chiritian, directeur de l'école Saint-Savin et enseignant de CM2 dans l'Isère.

"J'ai beaucoup de retours positifs, mais aussi des retours négatifs de la part de certains qui se demandent comment on va l'organiser. C'est une question essentielle, les temps périscolaires étaient une bonne idée mais engagée de manière trop rapide sans laisser aux collectivités locales le temps de s'organiser. Il faut toujours faire des expérimentations!", répond le député du Cher.

Le 21 avril, il attendait la réponse officielle des ministres, mais confie avoir eu un bon retour de la ministre des Sports et devait en parler au ministre de l'Éducation nationale lors d'une réunion de la commission des Affaires culturelles de l'Assemblée nationale dont il est membre.

Source : Huffingtonpost



A la découverte du sport avec la carte passerelle !

L'idée ?

Favoriser la découverte du sport chez les jeunes et faciliter leur adhésion en club en offrant à tous les écoliers de CM1 et CM2 licenciés USEP ou UGSEL la possibilité de tester différents sports au sein des clubs partenaires de l'opération. Pendant 7 semaines, entre le 1er septembre et le 17 octobre 2020, les enfants vont avoir la possibilité de tester différents sports et clubs, gratuitement et sans nouvelle prise de licence, à raison de trois séances par club maximum.

La Carte Passerelle est un dispositif qui fait partie des 8 axes de la contribution du CNOSF au plan Héritage des Jeux Olympiques et Paralympiques de Paris 2024. Il s'inscrit dans un continuum éducatif et sportif souhaité par le Comité national olympique et sportif français.

Une couverture d'assurance pris en charge par le CNOSF

Prise en charge par le CNOSF du volet assurantiel du dispositif par la souscription d'un contrat d'assurances groupe individuelle-accident pour tous les enfants de CM1 et CM2 licenciés à l'UGSEL ou l'USEP.

Une expérimentation menée en 2019

Une expérimentation très concluante de ce dispositif s'est déroulée à la rentrée scolaire 2019 auprès des 3 départements suivants : les Bouches-du-Rhône, l'Orne et la Vienne. Près de 30.000 élèves ont été concernés par cette opération.

Avec un taux d'adhésion à un club de 50% des jeunes ayant testés une activité sportive dans un club participant à l'opération « carte passerelle sport scolaire/sport en club », cette expérimentation a remporté un franc succès tant pour les enfants que pour les familles, les clubs, les CDOS et les fédérations.

Au regard de ces résultats engageants, le CA du CNOSF a choisi d'étendre « la carte passerelle sport scolaire/sport en club » à l'ensemble du territoire et cela dès la rentrée scolaire 2020

Pour favoriser la participation d'un maximum d'élèves, il est nécessaire qu'un maximum de clubs s'engagent dans ce dispositif et soient répertoriés dans la plateforme digitale Mon club près de chez moi, développée par le CNOSF, qui sera en ligne à l'été 2020.

Grâce à la plateforme Mon club près de chez moi et l'accompagnement de leurs enseignants et de leurs parents, les élèves pourront accéder à la liste de l'ensemble des clubs se trouvant à proximité de chez eux et s'inscrivant dans l'opération de la « carte passerelle sport scolaire/sport en club ».

FAQ

Je suis parent d'un élève licencié à l'USEP ou l'UGSEL, comment je m'y prends ?

L'élève de CM1 ou CM2 licencié à l'USEP ou l'UGSEL va être informé dès la rentrée des classes par son enseignant qui lui remettra un flyer d'information.

L'élève pourra alors se connecter avec ses parents sur la

plateforme en ligne Mon club près de chez moi pour identifier les clubs à proximité de chez lui. Il sera alors accueilli dans le / les clubs de son choix participants à l'opération carte passerelle, pour tester des activités à raison de 3 séances maximum par club. En possession de son flyer « carte passerelle » ou de son justificatif de licence USEP ou UGSEL, il pourra justifier auprès du club de son éligibilité à participer à ce dispositif.

Comment identifier les clubs qui accueillent les élèves ?

En consultant la plateforme digitale gratuite Mon club près de chez moi, les élèves accompagnés de leurs parents ou enseignants pourront facilement repérer les clubs participants à l'opération près de chez eux.

Une fois le « choix » de l'activité fait, l'élève pourra contacter le club ou se rendre directement sur le lieu de pratique.

Intérêt pour les clubs fédéraux

A travers ce dispositif, les clubs fédérés vont pouvoir bénéficier d'une communication renforcée en direction de la jeunesse mais également de leur famille ainsi que du corps enseignant sur leur offre sportive.

Participer à cette opération renforce l'image du club dans sa capacité d'accueillir de nouveaux licenciés dans un cadre réglementé et favorisant l'apprentissage d'un sport dans un objectif de santé, de performance mais également d'épanouissement.

Ce dispositif est ouvert à l'en-



semble des clubs dont les fédérations sont membres du CNOSEF.

Je suis un club volontaire à participer à l'opération ?

Les clubs qui souhaitent participer au dispositif de la carte passerelle peuvent le faire en s'inscrivant sur ce lien ci-dessous qui leur permettra d'apparaître sur Mon club près de chez moi.

Le club s'engage à accueillir gratuitement l'élève à raison de 3 séances maximum, dans la limite des places disponibles.

Attention, seuls les clubs fédérés peuvent être référencés et être éligibles pour participer à ce dispositif.

Inscriptions ici : <https://form.jotform.com/200641628481352>

Présentation de l'USEP

L'union sportive de l'enseignement du premier degré (USEP) organise des activités sportives pour les enfants de l'école publique, de la maternelle à l'élémentaire, en appui de l'éducation physique

et sportive (EPS) dispensée par les professeurs des écoles. Co-animée par des enseignants et des parents, elle réunit 713 952 licenciés enfants et 41 311 animateurs adultes bénévoles au sein de 8219 associations (chiffres 2018-2019), ce qui en fait la 4ème fédération sportive de France.

L'USEP est la fédération du sport scolaire à l'école publique, l'UNSS (Union nationale du sport scolaire) prenant le relais en collège et lycée.

Présentation de l'UGSEL

Fédération sportive éducative de l'Enseignement catholique est une association d'utilité publique. Elle promeut et coordonne l'éducation physique, la pratique du sport et l'éducation à la santé de l'école à l'enseignement supérieur.

L'Ugsel participe à la mission éducative de l'enseignement catholique qui contribue au service public d'éducation.

L'Ugsel est identifiée par le Statut de l'Enseignement catholique comme organisme national indispensable à son bon fonctionnement, comme

association partenaire de son animation institutionnelle et fédération sportive éducative.

Présentation du CNOSEF

Le Comité National Olympique et Sportif Français (CNOSEF) est une association reconnue d'utilité publique. Créé sous sa forme actuelle en 1972, il est reconnu par le Comité International Olympique (CIO) et comprend 107 membres, parmi lesquelles des fédérations et groupements sportifs.

En tant que représentant du CIO en France, l'une des missions principales du CNOSEF est la promotion du sport et des valeurs olympiques dans la société, en particulier auprès des jeunes.

En tant que représentant du Mouvement sportif, les principales missions du CNOSEF sont de promouvoir l'unité du Mouvement Sportif dont les composantes sont les fédérations sportives, les associations et sociétés sportives qui leur sont affiliées ainsi que leurs licenciés et autres pratiquants, de représenter le Mouvement Sportif, notamment dans les instances dont l'objet est de contribuer di-



Ile-de-France : le vélo, piste idéale pour les déplacements après le confinement ?

L'écologiste Pierre Serne, ex vice-président aux transports de la région Ile-de-France, s'est vu confier par le gouvernement une mission destinée à favoriser les déplacements à vélo lors du futur déconfinement d'après 11 mai.

Et si le vélo devenait l'outil de déplacement parfait en période post-confinement? Avec le déconfinement, annoncé à partir du 11 mai par le président de la République, se posera inévitable-

ment le problème des transports.

Pierre Serne, ancien vice-président (EELV) de la région chargé des transports, administrateur d'Ile-de-France Mobilités et président du Club des villes et territoires cyclables, vient de voir confié ce même lundi une tâche par la ministre de la Transition Écologique et solidaire. Elisabeth Borne lui demande de coordonner la mise en place de solutions de

déplacement où le vélo serait le principal moyen de transport permettant la distanciation sociale, identifiée par les épidémiologistes comme un frein à la propagation du Covid19.

« Tout le monde s'accorde à dire qu'après l'épidémie il y aura un rejet collectif des transports en commun, constate Pierre Serne. Si on ne veut pas prendre le métro, le bus ou le car pour se rendre au travail par crainte de la contagion, il faudra bien

« Tout le monde s'accorde à dire qu'après l'épidémie il y aura un rejet collectif des transports en commun, »

qu'on puisse se déplacer. »

Une alternative crédible aux transports en commun

D'où l'idée du vélo, qui a le vent en poupe et a montré, pendant les dernières grèves, qu'il pouvait devenir une alternative crédible aux transports en commun, au moins pour les courts trajets. Il a en plus l'avantage d'être peu coûteux et écologique. Les élus sont donc fortement incités à mettre en place dès maintenant des solutions temporaires, appelées « aménagements tactiques ».

« L'idée, poursuit l'élu écologiste de Seine-Saint-Denis, est de tester ces solutions

avec tous ceux qui travaillent actuellement en période de confinement pour voir si elles fonctionnent et sont adaptées. Et éventuellement les ajuster. »

Des boulevards où les véhicules à moteur seraient bannis

On pourrait donc, en mai prochain, voir des boulevards entiers où les véhicules à moteur seraient provisoirement bannis au profit de la bicyclette. Le ministère a demandé que tous les obstacles d'ordre juridique ou administratif lui soient remontés. « Quand une piste cyclable est en projet, on sait

que les préfets ou parfois les architectes des Bâtiments de France s'y opposent souvent », note à ce sujet Pierre Serne.

A l'étranger, des villes se sont déjà lancées dans ces aménagements temporaires. « Bogota en Colombie a créé en une nuit 117 km de piste cyclable supplémentaire avant même le confinement pour favoriser la distanciation sociale, détaille Mathieu Chassignet, ingénieur spécialiste en mobilité durable. Le lendemain elle s'était adaptée en en supprimant 40 qui ne correspondaient pas aux besoins. Le mot d'ordre c'est la souplesse. Berlin a de son côté doublé la largeur de ses



Covid-19 : privés de compétitions et de recettes financières, les clubs de sport professionnel redoutent une crise

Alors que les mesures de confinement ont mis à l'arrêt le monde du sport, les dirigeants des clubs professionnels s'inquiètent pour leur santé financière. À l'image du reste de la société, le monde du sport se prépare à l'après coronavirus et à son impact économique.

Dans les championnats domestiques les compétitions sont suspendues. D'ores et déjà, plusieurs championnats nationaux ont baissé le rideau. La crainte de voir une économie ralentie après la crise sanitaire est grande et les pertes évaluées par les clubs sont énormes.

Le gros manque à gagner des droits télé dans le football

Pour le football, les chiffres donnent même le vertige. Economiste du sport, Pierre Rondeau explique : "On peut chiffrer les pertes assez faci-

lement. Il suffit de regarder les revenus en terme de billetterie, de droits TV et des autres revenus commerciaux comme les partenaires, les sponsors, la publicité ou le merchandising. Pour la ligue 1 on estime entre 400 et 500 millions d'euros de perte directe à l'heure actuelle. 40 millions pour la billetterie, 220 droits TV et 140 revenus commerciaux". Mais d'après cet économiste, la ligue nationale de football et la DNCG (direction nationale du contrôle de gestion), le gendarme financier du football, seront contraints de se montrer moins regardant sur les budgets et les finances que beaucoup de clubs pourraient présenter dans le rouge. « Les instances vont plutôt être attentives sur la capacité des clubs à rembourser leur déficit. Autrement dit, un club peut être endetté mais s'il apporte des garanties financières il ne devrait

pas être inquiété ».

Plus généralement dans le monde des sports collectifs professionnels, cette crise sanitaire et ses conséquences économiques pourraient venir remettre en question tout un système. Les énormes pertes financières liées à l'absence d'événements sportifs amènent à repenser tout un modèle.

Les prochaines semaines devraient permettre d'y voir plus clair concernant l'avenir du sport professionnel et des suites qui seront données aux compétitions. Les idées et autres propositions ne devraient pas manquer afin que chacun puisse tirer profit d'une situation que personne ne souhaitait.





**CORONAVIRUS
DES GESTES SIMPLES
POUR SE PROTEGER
ET PROTEGER LES AUTRES**



Espacez-vous d'un mètre



Toussez ou éternuez dans le pli du coude ou dans un mouchoir

Utilisez des mouchoirs à usage unique



**Évitez le partage d'objets
Évitez de se serrer la main
Évitez les embrassades**



Évitez de vous toucher le nez



Frictionnez-vous BIEN et SOUVENT les mains, 20'' à l'eau et savon, ou au SHA*



Évitez de vous toucher la bouche



**Si vous êtes malade
Portez un masque jetable
Renouvelez-le /4 heures**



Évitez de vous toucher les yeux

Vous avez des questions sur le coronavirus ?

<https://www.gouvernement.fr/info-coronavirus>



* SHA = Soluté Hydro Alcoolique

0 800 130 000
(Appel gratuit)

COMMENT METTRE, UTILISER, ENLEVER ET ÉLIMINER UN MASQUE



Se laver les mains

Avant de mettre un masque, se laver les mains avec une solution hydroalcoolique ou à l'eau et au savon



Recouvrir le nez et la bouche

Appliquer le masque de façon à recouvrir le nez et la bouche et veillez à l'ajuster au mieux sur votre visage



Ne pas toucher le masque

Lorsque l'on porte un masque, éviter de le toucher, chaque fois que l'on touche un masque usagé, se laver les mains à l'aide d'une solution hydroalcoolique ou à l'eau et au savon



Ne pas réutiliser

Lorsqu'il s'humidifie, le remplacer par un nouveau masque et ne pas réutiliser des masques à usage unique



Jeter le masque dans une poubelle

Pour retirer le masque: l'enlever par derrière (ne pas toucher le devant du masque); le jeter immédiatement dans une poubelle fermée; se laver les mains avec une solution hydroalcoolique ou à l'eau et au savon

