



Dans ce numéro :

Edito	1
A peine créée, l'Agence Nationale du Sport déjà critiquée	2/3
Un collectif de mille cadres accuse Roxana MARACINEANU de détruire le sport français	3
Les fédérations olympiques pour un moratoire sur le statut des CTS	4
Denis MASSEGLIA sur la réserve	4/5
Le plan Aisance Aquatique	5
Le sportif et ses parents : une relation complexe	6/7/8
Jusqu'à quel âge peut-on faire du sport ?	8/9
Quand le corps des sportifs dit stop	9/10
St Maur : Bernardin Kingue Matam, champion d'Europe d'Haltérophilie	10
Le lycée de Cachan, sacré champion de France de danse hip-hop UNSS	10
L'US Créteil Lusitanos remonte en 3e division	10
Formation « Valeurs de la République et laïcité »	11
La prévention contre la radicalisation	11
Le CDOS était présent ...	11
Fiche d'inscription— formation	12

Bonjour à tous,

Oui c'est fait, l'Agence Nationale du Sport est en place, c'est un GIP qui a eu son assemblée constitutive au début du mois d'avril.

Bonne chance pour la mise en place de cette nouvelle structure. Avant de lui adresser des critiques, laissons lui quelques semaines pour voir les directives qu'elle va nous proposer, et comment elle va fonctionner.

La seule remarque que je peux faire aujourd'hui, c'est dans la répartition des membres qui la composent. Il lui manquerait bien un peu de quotité féminine.

Quant à la gestion du CNDS 2019, devant le manque d'informations que les clubs sportifs auraient pu attendre, on peut s'interroger sur l'efficacité des fédérations ! A ce jour cela a été « quasiment nul ». Heureusement que les DDCS pour les fédérations qui n'ont pas été retenues et qui n'avaient pas déposé leur projet fédéral, se sont mises en marche. Elles ont déjà envoyé les documents aux comités de leurs départements, même si tout n'est pas aussi clair, et à ce jour nous n'avons pas encore accès au compte asso pour y déposer les actions, et le calendrier n'est pas encore complètement connu.

Un conseil : travaillez vos actions pour être opérationnels le jour J et préparez déjà les documents annexes qu'il vous faudra déposer avec vos actions.

Et comme toujours, si vous avez besoin d'aide, n'hésitez pas à faire appel au CRIB 94 !

W.L

A peine créée, l'Agence Nationale du Sport déjà critiquée



Fabrique à médailles olympiques ou désengagement de l'Etat ? C'est l'heure du baptême pour l'Agence nationale du sport, lancée officiellement mercredi 24 avril, sur fond de conflit ouvert entre le gouvernement et les conseillers techniques sportifs. Elle est censée révolutionner la gestion du sport en France.

« C'est un grand jour pour le sport français, a estimé le ministre des sports, Roxana Maracineanu. L'Etat n'a jamais été aussi engagé. C'est un objet institutionnel qui, en plus d'être très adapté à notre problématique sportive, est une réponse parfaite aujourd'hui en sortie de grand débat, puisque cette agence va permettre de parler directement aux citoyens. »



Née non sans mal après plusieurs reports, des réserves du Conseil d'Etat et de sérieuses réticences de Bercy, cette agence, censée valider la nouvelle gouvernance du sport français, a effectué ses premiers pas au cours de son assemblée générale inaugurale, puis de son premier conseil d'administration au Stade de France.

Dépoussiérer le modèle sportif français, basé sur une tutelle de l'Etat devenue théorique et plus très efficace, tel est le credo de ceux qui défendent la nouvelle structure. Désormais, quatre acteurs vont y piloter les orientations pour la haute performance – avec les JO de Paris 2024 à l'horizon – et le développement des pratiques : l'Etat, les collectivités territoriales, le mouvement sportif (comité olympique et fédérations) et, dans une moindre mesure, les entreprises.

Une agence en plus, un ministère en moins ?

C'est notamment au sein de cette agence, et non plus au ministère, que seront décidés les montants des subventions aux fédérations pour le haut niveau. « Jusqu'à maintenant, la vision c'était : on a des acteurs qui bossent pour nous, les fédérations, les associations, on va leur donner de l'argent pour qu'ils mettent en place les politiques publiques du sport, et on va prier très fort pour que ça se fasse », a également précisé M^{me} Maracineanu. « L'Etat a rarement l'habitude de tendre la main aux autres en disant : "On va donner des financements, mais on va recueillir l'avis des acteurs" », plaide-t-elle pour ce projet « visionnaire », qu'elle a récupéré en prenant ses fonctions, en septembre.

Mais, pour beaucoup, c'est la disparition du ministère qui se dessine. « Qui va décider de la politique publique de l'Etat français en matière sportive ? demande l'ancienne ministre des sports et actuelle députée communiste Marie-George Buffet. Ce n'est pas un partenariat. Petit à petit, l'Etat se retire et Bercy se frotte les mains : un ministère de moins, c'est toujours ça de pris. »

L'agence répond à la demande d'autonomie d'une partie du mouvement sportif. Mais le gouvernement veut aller plus loin, en transférant aux fédérations la gestion des 1 600 conseillers techniques sportifs (CTS), ces cadres payés par l'Etat, comme les directeurs techniques nationaux (DTN) et entraîneurs de haut niveau, que de nombreuses fédérations olym-

piques considèrent indispensables. Un chiffon rouge pour les patrons de fédérations, qui s'inquiètent de ne pas pouvoir les payer, et les agents eux-mêmes, qui y voient une attaque contre leur statut.

« On ne vous lâchera pas »

La semaine précédente, le Conseil d'Etat avait par ailleurs émis des réserves sur le statut de l'Agence nationale du sport, jugeant anormal, pour un groupement d'intérêt public (GIP), que l'Etat soit le seul à mettre au pot : environ 350 millions d'euros en 2019, issus du budget du ministère, dont environ 45 millions correspondent à des restes à payer de projets déjà engagés.

Mardi 23 avril, une centaine de CTS ont protesté devant le siège du Comité national olympique sportif français (CNOSF) où se réunissaient leurs représentants syndicaux, des présidents de fédérations et le président du CNOSF, Denis Masseglia. « Ce n'est pas en mettant tout dans le privé qu'on aura des meilleurs résultats. Le projet doit être stoppé », a estimé Jean-Christophe Sarnavary, CTS tennis en Normandie. « Il faut un équilibre entre le côté associatif et les résultats de la nation, et les CTS sont les garde-fous de cet équilibre », a ajouté Patrice Gergès, DTN de l'athlétisme français. Christian Dullin, secrétaire général de la Fédération française de rugby, a, pour sa part, salué la mission des CTS : « On a besoin de vous dans les fédérations, on ne vous lâchera pas. »

« La réflexion est aujourd'hui entamée pour voir comment discuter avec tout le monde pour que les fédérations aient pleinement la main sur leurs moyens humains », a déclaré M^{me} Maracineanu, expliquant envisager la nomination d'un médiateur pour « mieux comprendre comment tisser et retisser le lien de confiance ».

Impératif de réussite pour Paris 2024

Après plusieurs retards, le gouvernement a maintenu son calendrier. En dé-

cembre 2018, son expert en haute performance, l'ancien sélectionneur des Bleus de handball Claude Onesta, avait regretté de ne pas pouvoir se mettre au travail. Lors des quatre derniers JO d'été, la France s'est classée 7^e au tableau des médailles. « Tokyo 2020, si on est lucides, pourrait être un moment un peu compliqué », concédait Onesta à l'automne.

Pour nombre d'acteurs interrogés, au-delà de l'impératif de réussite à Paris 2024, l'agence a face à elle de gros défis. Ainsi, le passage des

subventions par les fédérations a pour but de se rapprocher des besoins du terrain, mais il alimente aussi les craintes de clientélisme entre patrons de fédérations et clubs. Autre question, l'Etat, qui garde 60 % des voix au conseil d'administration sur le haut niveau et un droit de veto, va-t-il vraiment jouer le jeu de la gouvernance partagée ? Enfin, les entreprises privées vont-elles soutenir le projet et apporter des financements ? La partie ne fait que commencer.

« Qui va décider de la politique publique de l'Etat français en matière sportive ? demande l'ancienne ministre des sports et actuelle députée communiste Marie-George Buffet. »

Un collectif de mille cadres accuse Roxana Maracineanu de détruire le sport français

Les cadres protestent contre le projet du ministère des sports de détacher des conseillers techniques sportifs dans les fédérations.

Dans un courrier virulent, un collectif de mille cadres d'Etat demande, jeudi 18 avril, à la ministre des sports, Roxana Maracineanu, de renoncer au projet de transférer leur gestion aux fédérations.

Ce projet, réaffirmé par le ministère mardi, prévoit un détachement progressif, sur la base du volontariat, de ces conseillers techniques sportifs (CTS) dans les fédérations, lesquelles recevraient des subventions pour les payer. Les syndicats y voient une attaque en règle de leur statut, et des fédérations s'inquiètent que les compensations ne durent qu'un temps, ce que le ministère réfute.

Spécificité française, les

1 600 conseillers techniques sportifs (CTS) sont des fonctionnaires rémunérés par l'Etat (120 millions d'euros en 2016) et placés auprès des fédérations, où ils exercent un rôle essentiel pour le haut niveau et le « sport pour tous ». Il s'agit des directeurs techniques nationaux (DTN), des entraîneurs nationaux, et des conseillers techniques nationaux et régionaux.

« Opération de destruction du sport français »

« Vous persistez à envisager le détachement des CTS dans les fédérations et à hypothéquer l'avenir de notre ministère », écrit le collectif, qui revendique 1 152 signataires. Dans la liste figurent les DTN de l'athlétisme, Patrice Gergès, de la natation, Julien Issoulié, ou de la gymnastique, Kevin Rabaud.

Dans leur courrier, les cadres évoquent une « opération de destruction du sport français ».

« La confiance que nous vous avons accordée à votre arrivée au ministère, en partie par votre connaissance du sport français et de votre parcours (jalonné de près ou de loin par des cadres d'Etat), a totalement disparu.

La majorité des cadres techniques, fiers de servir leur pays, ont fait preuve de loyauté pour l'Etat, menant des générations de sportifs sur les podiums, créant d'innombrables vocations, formant des milliers de cadres, de bénévoles ou d'officiels, développant le sport inlassablement. »

Les signataires demandent à la ministre d'« abandonner ce projet et d'engager de réelles concertations ».



Roxana Maracineanu

Les fédérations olympiques pour un moratoire sur le statut des CTS



Les représentants des fédérations olympiques ont voté, mardi 23 avril, à l'unanimité un texte appelant Roxana Maracineanu à suspendre sa réforme.

Réunies au siège du comité national olympique (CNOSF), les fédérations olympiques ont voté à l'unanimité un texte marquant leur opposition à la réforme du statut des cadres techniques (CTS) porté par la

ministre des Sports Roxana Maracineanu.

Tout en se disant favorables à l'évolution du statut, les représentants des fédérations ont expliqué que les dispositions envisagées déstabiliseraient les fédérations à un an des Jeux de Tokyo 2020. Ils ont estimé qu'en l'état actuel des choses, le principe du détachement (des cadres techniques auprès des fédérations) n'était pas réalisable,

vu l'absence de volontaires que ce soit du côté des cadres techniques ou des fédérations.

Tout en se disant prêt à discuter, ils appellent en conséquence la ministre à respecter des engagements pris le 16 novembre au CNOSF, comme quoi il n'y aurait pas de changement d'ici 2024.

Denis Masegla (président du CNOSF) sur la réserve

Au cours des deux heures de discussion qu'ils ont eues mardi 23 avril, les représentants des syndicats n'ont pas entendu le président du CNOSF s'engager contre la réforme du statut des cadres techniques.



Denis Masegla

Jamais les présidents de fédération n'ont été aussi applaudis que ce mardi au moment d'entrer au CNOSF. Dès que l'un d'eux s'approchait des barrières qui en limitaient l'accès, il était invité par un syndicaliste à dire quelques mots devant la cinquantaine de Cadres techniques (CTS) venus manifester mardi après-midi devant le siège du comité national olympique. Cornes de brume à l'appui, il se faisait ensuite acclamer pour son soutien à la cause. Tous, il est vrai sont signataires de la lettre à Roxana Maracineanu demandant un moratoire sur le détachement des CTS voulu par la ministre des sports.

Si au sommet de l'État, on souligne que « quand ils sont reçus individuellement, tous les présidents de fédérations

olympiques ne manifestent pas une opposition au projet, il y en a qui nous ont demandé de faire cette réforme. » Publiquement, tous ont pris parti pour soutenir leurs cadres techniques. « On va tout faire pour préserver votre statut de fonctionnaire », a ainsi déclaré hier le président de la fédération d'athlétisme, André Giraud, alors qu'il était interrogé au micro par un syndicaliste.

Au même moment, les représentants de quatre syndicats (CGT, EPA, SNAPS, Solidaires Jeunesse et Sports) et l'association des Directeurs Techniques Nationaux (ASDTN) étaient reçus par le président du CNOSF, Denis Masegla, et quelques présidents de fédérations dont celui du judo, Jean-Luc Rougé, une des voix fortes du mouvement sportif. Après plus de deux heures de discussion, les syndicalistes ont effectué un retour à leur base. « Tous (les présidents) s'accordent à dire que le détachement des CTS n'est pas une bonne chose à l'heure actuelle », s'est ainsi félicité

Tony Martin (SNAPS).

Raphaël Million (Solidaires JS) a préféré pointer de son côté la réserve sur laquelle s'est tenu le président du CNOSF. « Il y a un homme qui est tout seul, c'est Denis Masegla, a-t-il estimé. Il a dit qu'avec 90 % des cadres techniques et 95 % des fédérations qui étaient opposés, ça allait être difficile de faire cette réforme, mais il n'a pas dit qu'il allait s'engager pour que ça ne se fasse pas. Si les autres membres du comité olympique ne mettent pas une pression maximale sur lui, il ne pliera pas. »

Les syndicalistes sont convaincus qu'une prise de position claire du président du CNOSF ferait pencher la balance. Ce dernier a indiqué qu'il ne s'exprimerait pas avant la réunion prévue lundi prochain entre les présidents de fédérations et la ministre.

De son côté, alors que l'Agence Nationale du sport (autre sujet d'inquiétude pour les cadres techniques) sera officiellement lancée

mercredi, Roxana Maracineanu a-t-elle des marges de manoeuvre ? « On ne reviendra pas sur la démarche de transfert », indique-t-on

de source gouvernementale, même si des aménagements paraissent possibles. D'autres discussions sont prévues et l'ASDTN doit rencontrer la

ministre. Mais comme le précise son président Philippe Bana, « faire une réforme contre le monde du sport, c'est compliqué... »

Le plan Aisance Aquatique

Ce dispositif ambitieux et global élaboré avec les ministères de l'Éducation nationale et de la Jeunesse, de l'Intérieur, et de la Santé, propose une approche renouvelée du milieu aquatique et avance des solutions concrètes pour faciliter la familiarisation avec l'eau dès le plus jeune âge, favoriser l'apprentissage de la natation et, ainsi, mieux prévenir les risques de noyades.

Les grands axes du Plan « Aisance Aquatique » :

Un apprentissage massé de la natation

C'est l'une des nouvelles mesures phares du plan « Aisance Aquatique » porté conjointement par Roxana MARACINEANU et Jean-Michel BLANQUER. En complément des séances hebdomadaires de natation scolaire, les deux ministres souhaitent lancer une expérimentation visant à densifier les séances en augmentant le temps effectif dans l'eau.

C'est tout l'enjeu de l'expérimentation des apprentissages massés sur une semaine. La première expérimentation nationale a débuté à Paris la semaine du 15 avril. En une semaine, et à raison de deux séances par jour, les enfants de maternelle sont susceptibles d'acquérir les bases durables de l'aisance aquatique dès 4 ans.

Un tutoriel pour les familles

Après 10 années passées à mettre en oeuvre une nouvelle méthode éducative inspirée des travaux de Raymond Catteau, Roxana MARACINEANU a souhaité transmettre directement aux familles les apprentissages de bases pour savoir flotter. Au travers de mini-vidéos didactiques et ludiques, les parents trouveront des gestes et mouvements à réaliser étape par étape avec leur enfant en piscine. L'acquisition de ces rudiments permettra par des gestes simples de rendre l'enfant à l'aise dans l'eau pour prévenir les accidents, lutter contre l'aquaphobie et faciliter l'apprentissage ultérieur des techniques de nage.

Harmoniser les étapes de l'apprentissage

Dès son arrivée au Ministère des sports, Roxana MARACINEANU a lancé un grand chantier de rénovation de l'apprentissage de la natation impliquant l'ensemble des parties prenantes (fédérations, MNS, Éducation Nationale, etc). L'objectif est de faire évoluer les différents tests existants vers une référence unique lisible pour les usagers.

Le dispositif « J'apprends à nager »

Initié par le ministère des Sports en 2015, ce dispositif a déjà permis à plus de 300 000 enfants d'apprendre à nager. Doté d'un budget multiplié par deux en 2019, le dispositif « J'apprends à na-

ger » investit 3 millions d'euros par an pour financer des cycles de 10 séances de natation pour les enfants, sur la base d'appels à projets portés par des collectivités ou des associations. En attendant de l'élargir aux adultes, « J'apprends à nager » s'adresse cette année aux enfants dès 4 ans (au lieu de 6) jusqu'à 12 ans.

15 Millions pour les équipements

Le plan « Aisance aquatique » est renforcé par un nouveau budget de 15 millions d'euros destiné au développement des piscines et notamment des bassins d'apprentissage en particulier dans les territoires carencés.

La France a connu un nombre important de noyades accidentelles en 2018 : 1 169 sur la période de juin à août selon les résultats intermédiaires de l'enquête NOYADES 2018 publiés en septembre 2018 par Santé publique France. Chez les moins de 6 ans, les chiffres sont élevés : 332 noyades accidentelles au total soit +84 % par rapport à l'enquête 2015. Parmi les noyades suivies de décès chez les moins de 6 ans, les trois quarts sont survenues en piscine privée. L'ensemble des résultats consolidés seront publiés par Santé publique France en juin 2019.

En savoir plus : <http://aisance-aquatique.fr>



Le sportif et ses parents : une relation complexe

Les parents jouent un rôle primordial dans la réussite sportive de leur enfant: soit ils sont une source de motivation, soit ils peuvent transformer le projet sportif à leur compte et être des briseurs de carrière. Beaucoup de parents comprennent le sport, ses enjeux et sont intéressés avant tout par l'épanouissement de leur enfant à travers leur pratique sportive. Mais il y a également des parents qui ne jouent pas leur rôle d'adulte auprès de leur enfant, car l'enjeu devient plus important que l'expérience en elle-même. On peut voir très souvent des histoires entre parents et sportifs qui ont des répercussions très néfastes et qui peuvent mettre un terme à la pratique du sportif.



Je commencerais d'abord par rassurer les parents: votre tâche n'est pas facile. Savoir gérer un enfant qui fait un sport de compétition n'est pas une chose aisée. Que vous ayez été vous-même sportif ou non, le moment de la défaite est toujours difficile à vivre, pour lui, comme (bien souvent) pour vous, parce que vous ne savez pas toujours comment «bien» réagir. La pratique sportive de compétition demande souvent aux parents (ou plus fréquemment à un parent en particulier) de s'organiser, de trouver des solutions pour conduire votre enfant à une compétition, de participer financièrement à ses entraînements et ses compétitions. Je rencontre plus souvent des parents qui essayent de faire de leur mieux, qui tentent de gérer les aspects émotionnels, qui se posent de bonnes questions mais parfois sans

même s'en rendre compte, certains basculent dans des comportements qui deviennent néfastes pour leur enfant.

A vous, parents de sportifs, j'aimerais donc apporter mon éclairage, sans donner de leçon, car on ne peut pas parler de normes en matière d'éducation et que je n'aime pas cliver le comportement en «bon» ou «mauvais», mais je vous propose plutôt des questionnements sur vos comportements et votre vécu de parent avec votre enfant sportif.

Quelles sont les motivations de votre enfant?

La première question à se poser est d'abord celle de la motivation de votre enfant. Pourquoi votre enfant a-t-il envie de faire un sport? Pourquoi le pratique-t-il en compétition? Quelles sont ses motivations réelles? C'est une chose essentielle à savoir car bon nombre d'enfants jouent souvent pour le plaisir de la pratique, prennent goût à un sport, à s'entraîner, à progresser aussi, et puis parfois le sport est simplement un prétexte pour passer de bons moments avec les copains. La socialisation est une des raisons principales qui pousse un enfant à continuer dans son sport. Il faut donc chercher à savoir si votre enfant joue pour son propre plaisir ou pour le vôtre et savoir comprendre (et entendre) que même si votre enfant est doué pour son sport, qu'il n'ait pas forcément envie de s'investir dans la compétition de haut niveau.

Quelles sont vos attentes?

En tant que parent, il faut

vous poser la question de votre propre motivation dans le projet sportif de votre enfant: est-ce que vous voulez que votre enfant poursuive le sport vers une carrière professionnelle? qu'il s'épanouisse dans le sport? Vos propres motivations ne sont pas toujours claires à ce sujet. Même en insistant sur ses efforts, vos attentes de résultats transparaissent dans vos réactions. On peut voir parfois des attitudes positives excessives lors des victoires et bien souvent des attitudes négatives (ou une absence de réactions) lors des défaites. Même si vous essayez d'avoir un discours positif, votre émotion peut être interprétée par l'enfant. Il ressent souvent un double discours «c'est pas grave» et en même temps une déception dans le regard ou la voix du parent. Un amalgame est donc souvent fait entre vos réactions et ses résultats. Lorsqu'il ressent une déception de votre part, l'enfant associe souvent cela à «j'ai gagné donc je suis aimé» et inversement quand il perd «j'ai perdu, alors je ne suis pas apprécié par mes parents». Même si ce n'est pas votre intention, vos réactions induisent forcément ce ressenti chez l'enfant. Un enfant a souvent tendance à vouloir naturellement faire plaisir à ses parents. Il est donc important de savoir que si vous vous focalisez sur les résultats, le plaisir de l'enfant diminue pour sa pratique et il est souvent une source de pression: l'enfant commence à stresser parce qu'il ressent une pression de ses parents à gagner. Gagner ne doit pas être un but en soi, mais il faut donc véhiculer le message que l'effort, l'invest-



tissement, la détermination, le dépassement de soi sont plus importants que de parler uniquement de la performance ou d'insister sur le résultat brut. Il faut donc veiller à ce que la pression ne soit pas insupportable sur les épaules de l'enfant, qui doit déjà gérer sa propre déception d'avoir perdu. Le parent doit être là dans un rôle de soutien, avoir une capacité à dédramatiser la défaite, savoir consoler et reconforter l'enfant avant tout.

Est-ce que la compétition est centrale dans votre famille?

Cette question est aussi cruciale à se poser, car parfois dans une fratrie, un seul enfant peut faire du sport de compétition et la famille entière se retrouve souvent impliquée dans le projet: les frères et soeurs aussi ont peut être d'autres intérêts, passions et peuvent se sentir négligés dans le projet sportif de leur frère/soeur qui fait un sport de compétition. Sans compter le temps passé par un parent avec l'enfant dans les déplacements, l'enfant sportif peut souvent porter le poids des attentes d'une famille entière et se sentir ainsi le centre de la famille. Quand il perd, et que le parent est de mauvaise humeur ensuite, cela a des répercussions sur toute la famille et peut être une source potentielle de déséquilibre au niveau familial. L'enfant se sent aussi uniquement perçu comme sportif, compétiteur aux yeux de ses parents. Ceci est particulièrement délicat, car il ne faut pas oublier que c'est avant tout un enfant et qu'il a aussi envie que l'on parle d'autres choses que de son sport (surtout quand il n'est pas en réussite). Une des choses qui est souvent frappantes est la première ques-

tion que vous posez à votre enfant quand il vous appelle après une compétition: «Alors, Est-ce que tu as gagné?». Cette question induit implicitement pour lui que seul le résultat compte. En demandant par exemple «Comment cela s'est passé pour toi?», la démarche est différente, cela démontre que vous vous intéressez à lui, à comment il se sent plutôt que d'être centré sur le résultat. Enfin, par rapport à la famille, l'enfant ressent parfois aussi dans votre déception, le fait que vous investissiez beaucoup de temps et surtout de l'argent pour sa pratique. L'enfant ressent souvent les sacrifices que font ses parents d'une manière inconsciente et cela pèse également sur sa pratique.

Est-ce que vous vivez à travers la réussite de votre enfant?

Il y a parfois une tendance chez certains parents à vivre à travers le projet de leur enfant. Le parent a envie de rattraper son propre passé, car il n'a pas réussi lui même dans le sport ou qu'il rêve de gloire qui pourrait combler sa propre existence. Le bonheur du parent devient ainsi intimement lié à la réussite de l'enfant. Il est donc important de vous questionner sur votre investissement et si votre enfant vient ainsi combler un vide ou une projection de votre propre désir. L'enfant a sa propre histoire et ne doit pas être une substitution. Il est important de prendre du recul quant à votre implication dans le projet de votre enfant et qu'il sente que votre vie ne tourne pas uniquement autour de ses entraînements et de ses compétitions. Certains parents aussi rêvent de fortune que l'on peut retrouver chez des sportifs professionnels

(tennis, football, golf principalement) tout en oubliant que seul quelques sportifs arrivent à vivre de manière luxueuse de leur sport. L'aspect financier ne doit pas être un objectif en soi car il sera de toute manière toujours une source de frustration, car l'apprentissage vers le très haut niveau peut prendre beaucoup de temps et est surtout basé sur de nombreuses incertitudes sur la réussite future. Votre enfant peut être très bon dans les catégories juniors mais ne jamais arriver à vivre son sport de manière professionnelle.

Qui est votre enfant?

Dans l'euphorie de la réussite sportive, le parent a tendance à oublier aussi le bien être de son enfant. Il pense aux entraînements, à l'organisation, aux compétitions, aux résultats mais oublie parfois de demander à l'enfant ce qu'il ressent, ses doutes, ses difficultés. Par exemple, la période de l'adolescence est déjà en soi un passage compliqué à vivre et le parent doit savoir accompagner son enfant dans son développement psychologique global. L'enfant qui ressent trop de pression aura tendance à se renfermer et à ne pas vouloir communiquer avec le parent par crainte de rejet ou de ne pas être à la hauteur des attentes. Connaître la psychologie de votre enfant peut être importante pour savoir comment réagir face à lui, face à ses déceptions et aussi être un soutien indéfectible quelque soit l'issue des résultats.

Est-ce que vous faites confiance à l'entraîneur?

Pour finir, le parent a une place à part dans l'univers du sportif. Il a même la première place. Mais dans le projet

« La pratique sportive de compétition demande souvent aux parents (ou plus fréquemment à un parent en particulier) de s'organiser, de trouver des solutions pour conduire votre enfant à une compétition, de participer financièrement à ses entraînements et ses compétitions. »



sportif, le parent doit aussi savoir laisser sa place aux autres et faire confiance notamment à l'entraîneur. Quand un parent vient assister à tous les entraînements de son enfant, il n'aide pas à développer cette relation de confiance avec l'entraîneur qui se sent scruté, jugé et désinvesti de sa mission. Savoir se mettre en retrait aussi bien dans les entraînements que dans les compétitions est souvent très bénéfique pour l'enfant et pour l'apprentissage de son autonomie, qui est primordiale pour son développement psychologique.

Savoir privilégier une bonne communication avec l'entraîneur est toujours un atout dans la pratique compétitive de votre enfant. De plus l'entraîneur a l'expérience du sport et peut aussi être un soutien pour vous et une source d'information concernant la pratique sportive de votre enfant.

En conclusion, votre vision du projet sportif de votre enfant doit être au cœur de vos questionnements. Il faut apprendre à s'analyser, écouter aussi parfois ce que l'enfant n'exprime pas unique-

ment par les mots, savoir détecter quand votre investissement a des répercussions négatives dans le développement sportif. Le sport ne doit pas être central dans votre vie car il sera source de déséquilibre pour l'enfant. Enfin, l'enfant apprend de ses parents, interprète ses commentaires, et à mon sens, le parent doit déjà commencer à contrôler ses propres émotions, rester positif pour que le centre du projet soit accès sur le bien être de l'enfant et non pas les résultats uniquement.

Jusqu'à quel âge peut-on faire du sport ?

Si après 50 ans, les seniors qui pratiquent un sport de haut niveau sont rares, il n'est plus à démontrer que l'exercice physique est un atout pour rester en bonne santé, même l'âge avançant. L'activité physique permet notamment de faire baisser les risques cardiovasculaires, elle est bénéfique sur un plan neurologique et retarde l'arrivée de maladies comme celles d'Alzheimer et de Parkinson par exemple.



Le sport favorise aussi le renforcement musculaire et le maintien de la densité osseuse d'un point de vue moteur. Compte tenu de tous les bénéfices à pratiquer une activité sportive, il n'y a pas d'âge pour arrêter le sport. L'important est d'adopter des activités sportives adaptées à son âge et de suivre des recommandations de base. Bref, le sport, c'est le plus longtemps possible !

Adapter le sport à son âge

Le sport a des bienfaits sur la santé, sur le système cardiovasculaire, circulatoire, musculaire ou encore sur le sens

de l'équilibre. Il contribue aussi à lutter contre l'ostéoporose et l'arthrose notamment. Alors pas question de s'en priver quand on avance en âge. L'important est d'adapter son sport à son âge pour éviter d'user son corps inutilement. Avant de commencer toute activité sportive, la prudence recommande d'obtenir un avis médical sur les éventuelles contre-indications et de passer éventuellement un test d'effort. Ensuite, doser son effort à sa condition physique et à son âge reste le maître mot.

Après 40 ans, il n'est quasiment plus possible de pratiquer un sport de haut niveau dans les meilleures conditions ou de faire un sport qui demande énormément d'endurance. À partir de 50 ans, il est intéressant pour sa santé de s'intéresser plutôt à des sports qui favorisent l'agilité et la souplesse comme la gymnastique, le yoga, le tai chi chuan, le golf ou le tir à l'arc par exemple.

Passés 70 ans, les sports recommandés, qui n'abîment

pas le corps et qui peuvent être pratiqués même avec des problèmes physiques liés à l'âge, sont la marche ou les arts martiaux doux entre autres. En revanche les sports collectifs, le tennis, le badminton, le ski alpin et certains sports nautiques qui sollicitent trop le corps, ne sont pas conseillés, passé un certain âge.

Le sport après 65 ans : les recommandations internationales

Dans le cadre de sa "stratégie mondiale pour l'alimentation, l'exercice physique et la santé", l'Organisation mondiale de la santé (OMS) a défini des recommandations en matière d'activité physique pour les personnes âgées de 65 ans et plus. À partir de cet âge, on ne parle plus de pratiquer tel ou tel sport. En effet, l'activité physique nécessaire pour rester en bonne santé regroupe en fait les loisirs, les déplacements (marche, vélo, etc.), les activités professionnelles, les tâches ménagères, les activités ludiques et le sport.

Pour les personnes de plus de 65 ans en bonne santé, et afin d'améliorer leur endurance cardiovasculaire, d'entretenir leurs muscles, leurs os, et de réduire le risque de maladies neurologiques ou motrices, l'OMS recommande de pratiquer 150 minutes d'activité d'endurance d'intensité modérée par semaine ou au moins 75 minutes d'activité d'endurance d'intensité soutenue. Il est conseillé de con-

sacrer des périodes d'au moins 10 minutes à ces activités physiques.

Ces recommandations valent également pour les seniors de plus de 65 ans à mobilité réduite ou qui présentent des maladies chroniques. Pour les premiers, l'OMS leur recommande de "pratiquer une activité physique visant à améliorer l'équilibre et à prévenir les chutes au moins

trois jours par semaine". Pour les seniors sédentaires et qui ne peuvent pas pratiquer d'activité physique en raison de leur état de santé, ces recommandations générales peuvent aussi les concerner à condition, après avis médical, d'adapter ces pratiques physiques en fonction de leurs capacités et de leurs propres limites.



Quand le corps des sportifs dit stop

Cécilia Berder, membre de l'équipe de France d'escrime, revisite l'actualité olympique en vue des Jeux de Paris en 2024 :

Notre corps est notre plus belle machine. Capable de prouesses au quotidien, le corps humain peut aussi parfois faire souffrir les sportifs. Le tennisman Andy Murray et la skieuse Lindsey Vonn ne pourront pas prétendre le contraire. Outre un palmarès incroyable, l'Écossais et l'Américaine ont un autre point commun. Ils ont annoncé leur arrêt de carrière pour la même raison: leur corps a dit stop.

Les amateurs de ski avaient sûrement dessillé chez la skieuse aux 20 globes de cristal que, sur la fin de sa carrière, sa volonté d'aller vite était intacte mais son corps n'attaquait plus la descente de la même manière. En voulant nous protéger, notre corps a cette capacité de se raidir et de créer certains blocages. De telles tensions physiques peuvent créer un déséquilibre qui peut être nuisible dans le sport de haut niveau.

En février dernier, avec sa compatriote Laurene Ross, sur Instagram, elles ironi-

saient sur les risques de leur métier en exposant leurs corps meurtris. Lindsey Vonn avait chuté lors du Super G aux championnats du monde avant de remporter une magnifique médaille de bronze quelques jours plus tard sur la descente. De son côté, en début d'année, Andy Murray avait aussi annoncé en larmes la fin de sa carrière à cause de douleurs physiques devenues insupportables. Après une nouvelle opération à la hanche, le joueur recommence à taper des balles sans douleur.

Un observatoire de l'accidentologie

Au-delà de l'usure physique, le sport peut s'avérer bien plus dangereux. Dans certaines disciplines, les athlètes ont atteint une telle dimension physique que les impacts peuvent être terribles. Cette année le rugby n'a pas été épargné. Quatre jeunes joueurs sont décédés sur le terrain ou après un match.

En mars, la ministre des sports Roxana Maracineanu a annoncé la création d'un Observatoire de l'accidentologie dans le domaine du sport. Tous les accidents seront désormais recensés, fédération par fédération.

Cette base de données permettra de mieux prévenir les différentes traumatologies et d'apporter une définition plus précise de ce que peut être un sport à risques.

On reste dans notre canapé?

Si le sport peut être dangereux la sédentarité l'est beaucoup plus. Ce manque d'activité physique est considéré selon l'Organisation mondiale de la santé comme le quatrième facteur de risque de décès dans le monde.

Tout est une notion d'équilibre. Pour les sportifs de haut niveau, la répétition inlassable du geste use les articulations, ce qui leur vaut de l'arthrose dès le plus jeune âge et des médecins qui ironisent avec des propos comme "tu as une hanche, un genou ou une épaule d'une personne de 80 ans..."

Le sport une magnifique machine à penser

Si tous les sportifs connaissent la douleur physique, il y a chez certains d'entre eux, un plaisir "quasi sadomasochiste" à ressentir un corps courbaturé, un corps qui tire car cela démontre que les limites physiques ont été titillées. Pour les douleurs plus graves ou plus chro-



Andy Murray lors de sa défaite en simple au 1er tour de l'Open d'Australie face à l'Espagnol Roberto Bautista, le 14/01/2019

niques, c'est à chacun de faire fonctionner sa tête et son corps pour dénouer les tensions musculaires ou articulaires. Échanger avec d'autres sportifs sur leurs astuces du quotidien permet de trouver de nouvelles solutions et de verbaliser sur des douleurs parfois mal comprises du corps médical.

De nombreuses techniques permettent de remettre notre corps au premier plan. La visualisation, en s'imaginant guérir ou marcher sans douleur, peut s'avérer être un véritable atout. La danse ou le yoga peuvent nous apprendre à bouger autrement et à nous tenir debout grâce à notre squelette et pas simple-

ment grâce à nos muscles déjà très sollicités. La médecine alternative (acupuncture, sophrologie, hypnose, méditation...) propose également de nombreuses astuces pour retrouver l'équilibre du corps.

Saint Maur des Fossés : Bernardin Kingue Matam, champion d'Europe d'Haltérophilie !



Bernardin Kingue Matam a remporté lundi 8 avril le titre de champion d'Europe d'haltérophilie en Géorgie. Le sociétaire de la VGA Saint-Maur a soulevé 312 kg pour s'imposer face à ses concurrents !

Le sportif avait déjà remporté le titre de champion d'Europe en 2017 mais dans une autre catégorie de poids (-69kg). Deux autres haltérophiles de la VGA Saint-Maur ont obtenu des places d'honneur lors de ces championnats. Anaïs

Michel (-48kg) s'est classé 5e après avoir soulevé 176 kg et Dora Tchakounte (-59kg) a terminé son concours 7e après avoir réalisé un total de 204 kg.

Le lycée de Cachan, sacré champion de France de danse hip-hop UNSS



Au terme d'un duel très disputé face au lycée Turgot de Paris, les danseurs du lycée de Cachan ont remporté à Blois le championnat de France de danse hip hop UNSS.

Le crew du lycée de Cachan ramène la coupe à la maison pour la deuxième année consécutive. Déjà vainqueur des championnats de France UNSS l'année dernière, les danseurs Val-de-Marnais se

sont à nouveau imposés cette année. 48 équipes dites crews se sont disputées le trophée du 2 au 5 avril.

L'US Créteil Lusitanos remonte en troisième division



A quatre journées de la fin du championnat, l'US Créteil Lusitanos est déjà assurée d'être promue la saison prochaine en troisième division grâce à sa victoire obtenue fin avril à Sedan.

Relégués au terme d'une saison calamiteuse au printemps 2018, les Béliers n'auront passé qu'une saison en Nationale 2, la quatrième division de football. Revigo-

rée par l'arrivée au poste d'entraîneur de Carlos Secretario, ancien joueur passé par le FC Porto et le Real Madrid, l'équipe a enchaîné les bons résultats, s'installant à la première place du championnat dès la troisième journée pour ne plus la quitter.

L'US Créteil Lusitanos compte désormais quatorze points d'avance à trois journées de la fin de la saison sur

son dauphin, Croix. A noter la présence à la quatrième place d'un autre club du Val-de-Marne, l'US Lusitanos de Saint-Maur.

Concernant la Ligue 2, le Paris Football Club (PFC), qui s'entraîne désormais à Orly, actuellement en position de barragiste, pourrait prétendre à la montée en Ligue 1.

Formation « Valeurs de la République et laïcité »

Le respect de la laïcité est un principe fondamental du vivre ensemble en République. Des actions ont été engagées pour faire connaître et respecter ce principe à l'école, dans la fonction publique et dans le monde de l'entreprise.

Il est important de sensibiliser les acteurs du sport à ce principe car ils peuvent être confrontés à des situations de pratiques religieuses.

La formation « Valeurs de la République et laïcité » est une réponse aux besoins exprimés par les professionnels ou les bénévoles qui travaillent au contact des publics, jeunes notamment. L'objectif est de les aider à mettre leurs pratiques professionnelles en accord avec le cadre juridique, dans un souci de pédagogie auprès des publics qu'ils côtoient. Elle vise à faire acquérir les repères historiques, juridiques sur cette thématique et permet

d'étudier des cas pratiques.

Plusieurs organismes, ainsi que la DDCS, organisent des formations gratuites sur cette thématique.

Les organismes et les dates des sessions 2019 sont consultables sur le site du CDOS www.cdos94.org, rubrique actualités. Le bulletin d'inscription figurant au dos est à retourner par courriel à l'organisme choisi.



La prévention contre la radicalisation

Les événements récents ont rappelé combien ce phénomène de radicalisation est présent.

Les clubs sportifs peuvent y être confrontés.

Un numéro vert est à disposition pour être écouté, conseillé et pour signaler le cas échéant des comportements

inquiétants qui nécessiteraient une prise en charge.

En cas de doute ou de questionnement, n'hésitez pas à appeler le 0 800 005 696 (Numéro Vert, appel gratuit, du lundi au vendredi de 9h00 à 18h00).

Les appels sont confidentiels :

- Pour signaler une situation inquiétante ;
- Si vous avez un doute ou des questions sur une situation ;
- Pour obtenir des renseignements sur la conduite à tenir ;
- Pour être écouté(e), conseillé(e) dans vos démarches.



Le CDOS était présent...

Le 14 mars, à l'assemblée générale du CDOS 75, à Paris 12e—PP.PONSON SACQUARD

Le 15 mars, visite des nouveaux locaux du CD Rugby, à Villeneuve St Georges—PP.PONSON SACQUARD

Le 16 mars, au congrès des CDOS/CROS/CTOS, à Paris 13e—PP.PONSON SACQUARD

Le 22 mars, à la 14e soirée olympique du CDOS 78, à Versailles—PP.PONSON SACQUARD

Le 23 mars, à la fête des Sports Extrêmes, à Champigny/Marne—PP.PONSON SACQUARD

Le 25 mars, au Conseil d'Administration de l'Institution Interdépartementale du

parc du Tremblay, à Champigny/Marne—L.CASSES

Le 26 mars, au Conseil d'Administration du CD Tourisme, à Champigny/Marne—W.LEGUY

Le 26 mars, à l'assemblée générale du CDOS 95, à Franconville—PP.PONSON SACQUARD

Le 30 mars, au débat sur le sport associatif, à Ivry/Seine—PP.PONSON SACQUARD

Le 10 avril, à la visite privée de l'exposition « Foot et monde arabe » à l'Institut du Monde Arabe, Paris

Le 11 avril, aux 40 ans du CDOS 75, aux salons de l'Hôtel de ville—PP.PONSON SACQUARD. A.KADEM

Le 12 avril, aux assises de l'accessibilité, à la Maison du Hand, Créteil—A.BERSTRAND. PP.PONSON SACQUARD

Le 13 avril, à l'inauguration des parcours « accrobranche » au parc Interdépartemental des sports à Choisy le Roi—PP.PONSON SACQUARD

Le 27 avril, au vernissage d'une exposition de peinture dans le cadre des 100 ans de la VGA, à St Maur—PP.PONSON SACQUARD

Le 28 avril, au 2e meeting d'athlétisme, à Villejuif—PP.PONSON SACQUARD



FICHE D'INSCRIPTION

~ Remplir impérativement en lettres capitales et renvoyer à la structure en charge du module ~

Intitulé du module : **VALEURS DE LA RÉPUBLIQUE ET LAÏCITE**

Session choisie (une seule date possible):

Janvier	31 janvier-1 ^{er} février		
Mars	13 et 20 mars	14-15 mars	21-22 mars
Avril	2-3 avril	10 et 17 avril	11-12 avril 18-19 avril
Mai	23-24 mai		
Juin	3-4 juin	12-13 juin	20-21 juin
Octobre	10-11 octobre	16 et 23 octobre	
Novembre	6 et 13 novembre		
Décembre	10-11 décembre		

Candidat

Nom – Prénom : _____

Adresse : _____

Téléphone : _____ où l'on peut vous joindre dans la journée !

Courriel : _____@_____

Fonction occupée : _____

Service : _____

EMPLOYEUR

Dénomination : _____

Adresse : _____

Téléphone : _____ Fax : _____

Courriel : _____@_____

Engagement du stagiaire à la participation :

Nom & Prénom : _____

Signature :