

*Mallette pédagogique et sportive*  
**POUR DÉVELOPPER LES COMPÉTENCES  
ET PRÉVENIR LES VIOLENCES SEXUELLES  
DANS LE SPORT ADAPTÉ**



**COLLECTIF  
versa**

PRÉVENIR, ACCOMPAGNER & PROTÉGER

# VRAI OU FAUX ?



## LES VIOLENCES SEXUELLES, UNE RÉALITÉ ?

- "Sur la planète, 1 sportif sur 7 serait victime d'une forme de violence sexuelle avant ses 18 ans" (PE Luneau-Daurignac, 2021).
- En 2023, 710 signalements ont été enregistrés sur le canal SIGNAL SPORT, soit 59 à 60 signalements par mois. 6 affaires concernent le milieu du handicap (Ministère des Sports).
- Les enfants présentant un handicap mental ou une déficience intellectuelle ont 4,6 fois plus de risques de subir des actes de violences sexuelles (Enquête IPSOS, 2019).



## LES AGRESSIONS SEXUELLES SONT LE FAIT D'INCONNU

- FAUX, 60% des agressions sexuelles sont commises par des proches de la victime et jusqu'à 90% pour les viols.
- 55,8 % des signalements concernent des violences entre pairs.



Rapport Décamps Greg (2009)



## 1 VICTIME DE VIOL SUR 4 PORTE PLAINTE

- Seule 1 personne sur 10 porte plainte (Enquête IPSOS, 2019).
- En moyenne, les victimes ont parlé plus de 12 ans après les faits (Enquête IPSOS, 2019).



## UNE MALETTE POUR SOUTENIR LES COMPÉTENCES DES SPORTIFS

Le collectif VERSA, composé de France Victimes 44, la DRAJES et Promotion Santé PDL, a créé des outils de prévention pour lutter contre les violences sexuelles dans le Sport Adapté dont une formation à destination des entraîneurs, bénévoles et dirigeants en associations et Etablissements et Services Médico Sociaux ainsi que des outils d'information.

Pour compléter ce dispositif, le collectif VERSA a choisi de soutenir le développement des ressources individuelles et collectives des sportifs. Il a ainsi conçu **une mallette sportive** permettant d'aborder la question de la prévention des violences sexistes et sexuelles en Sport Adapté.

Cette mallette se compose de **5 cycles d'échauffements** contenant chacun des activités d'une quinzaine de minutes afin de favoriser un climat et un espace de pratique sécurisant.

## POURQUOI CES CYCLES ? A QUOI SERVENT-ILS ?

Le collectif a établi une **chronologie** afin d'aborder les thématiques dans un ordre cohérent sur l'ensemble d'une saison sportive. Chaque cycle comporte **6 à 7 échauffements**, permettant à l'éducateur de travailler sur un sujet entre deux périodes de vacances scolaires.

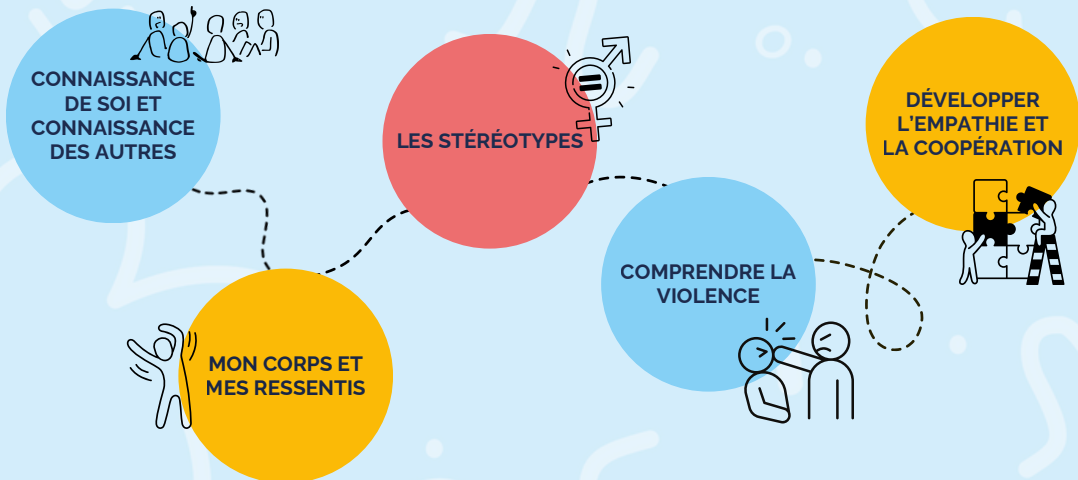
# NOS THÉMATIQUES

## COMMENT PREVENIR LES VIOLENCES ?

- Informer sur la prévention des violences sexuelles
- Favoriser un environnement sécuritaire et bienveillant
- Rester attentif aux paroles et attitudes des sportifs
- Développer les ressources individuelles et collectives des sportifs

Pour lutter contre les violences sexuelles, il est important de **favoriser le vivre ensemble** au travers de la **coopération et de l'empathie** et de **déconstruire les stéréotypes**. D'autre part, avec les personnes en situation de handicap, un travail autour des aspects **corporels, émotionnels et sensoriels** est nécessaire car le vécu du corps est différent et souvent morcelé. Enfin il est intéressant de **rendre explicite les situations de violences** trop souvent implicites voir normalisées. Qu'est ce qu'être un agresseur, un complice, un témoin, comment aider, quelles sont les conséquences sur les victimes...

## LES CYCLES D'ÉCHAUFFEMENTS



Cette mallette a donc pour objectif de rendre les sportifs le plus **autonome** possible pour faire face à toute violence. Qu'ils puissent **affirmer leurs choix**, **reconnaître** les situations de danger et de violence et **alerter** si besoin.

Cette mallette est un élément dans une réflexion globale sur le bien-être des sportifs et sur les modalités qui favorisent un environnement épanouissant pour la pratique sportive.

# MODE D'EMPLOI

## LE PUBLIC CONCERNÉ

Cette mallette s'adresse aux **éducateurs sportifs**, en club Sport Adapté ou en Etablissements et Services Médico Sociaux, soucieux de créer un environnement favorable de pratique, sans violence et de **sensibiliser les jeunes et adultes en situation de handicap à la prévention des violences sexistes et sexuelles**.

*L'ensemble des cycles ont été testés par des adultes en Foyer de vie, Accueil de jour en psychiatrie, travailleurs d'ESAT, auprès de jeunes d'IME... Pour certains de ces publics, il est nécessaire de penser des adaptations selon leurs capacités motrices et de compréhension.*

## CE QUE JE DOIS FAIRE EN AMONT

Les échauffements et leurs supports vous sont transmis en version numérique. Il est donc important d'anticiper les séances pour imprimer et préparer le matériel nécessaire. Il est également nécessaire de vous approprier la séance afin de vérifier qu'elle ne nécessite pas d'adaptation pour votre groupe.

## COMMENT UTILISER LA MALETTE

Le collectif a établi une **chronologie** afin d'aborder les thématiques dans un ordre cohérent sur l'ensemble d'une saison sportive. Chaque cycle comporte **6 à 7 échauffements d'une quinzaine de minutes**, permettant à l'éducateur de travailler sur un sujet entre deux périodes de vacances scolaires.

Nous vous conseillons fortement de ne pas vous contenter des cycles « Stéréotypes » et « Comprendre la violence », sans intégrer avant ou après des séances de cohésion de groupe (cycle « Connaissance de soi et des autres » ou « Empathie et coopération »).

## DIFFÉRENTES UTILISATIONS POSSIBLES

Il existe plusieurs manières d'utiliser la mallette :

- Utiliser **une fiche** comme échauffement **au début de chaque séance** s'il s'agit **d'entraînement hebdomadaire**. La mallette permet de réaliser des échauffements durant la saison sportive complète.
- Utiliser **une fiche comme séance complète** lorsque le groupe présente une déficience intellectuelle ou motrice plus importante.
- Utiliser **plusieurs fiches pour constituer une séance complète** dédiée à la prévention des violences sexistes et sexuelles (dans l'idée d'un cycle de 10 séances avec un groupe). Une sélection de séances est proposée et repérable avec l'icône ★ .  
Ce parcours devrait durer autour de 8 heures.

N'hésitez pas à nous faire vos retours à l'adresse [ctf.sportadapte.pdl@gmail.com](mailto:ctf.sportadapte.pdl@gmail.com) afin d'améliorer continuellement cette mallette.

# L'ESSENTIEL

## LES BONNES PRATIQUES POUR PRÉVENIR LES VIOLENCES

### UN ENVIRONNEMENT FAVORABLE

- **Encadrer** clairement les actes et objets du quotidien (toilettes, vestiaire, transferts, téléphone, rôle de l'accompagnant...) sans surprotéger.
- **Poser le cadre** en séance de sport droit/interdits.
- **Accueillir** les sportifs.
- Recrutement des entraîneurs et bénévoles, accompagnateurs (attestation de probité).
- Journée de cohésion à l'échelle d'un club.
- **Réagir** en cas de conflit, de violence ordinaire (insultes, bousculer ...) conformément au règlement interne du club, aux chartes ...

### RÉAGIR EN CAS DE DIVULGATION

- **Contrôler** ses propres réactions et son jugement.
- **Mettre en avant** le courage de la personne à parler.
- **Déculpabiliser** la victime, l'agresseur est le seul responsable.
- **Soutenir** la victime en accueillant sa parole et en l'accompagnant vers des personnes qualifiées.
- **Rester attentif** aux besoins de la victime.
- **Signaler** à la FFSA + à la police + sur signalsport.

### PRÉVENIR LES COMPORTEMENTS

Pour prévenir les violences à caractère sexuel, je peux :

- **Utiliser les mots précis** pour parler du corps et éviter d'en changer.
- **Demander l'autorisation** pour tout acte intime (toilette, chasuble, vestiaire...) et respecter la réponse, y compris le "NON".
- **Poser des règles de groupe** dans le cadre de la séance.
- **Préciser** ce qu'est une personne de confiance.
- **Réagir de manière proportionnée** face aux comportements irrespectueux (insultes, main aux fesses, propos sexistes/homophobes/ à la différence...).

### LA POSTURE D'ANIMATION

Valoriser une posture des encadrants bienveillante et modélisante :

- Attention à chacun.
- Ecoute.
- Respect des choix et du rythme.
- Parler sans tabou de sexualité.
- Rester attentif à chacun, à des signes de mal-être, aux changements de comportement brusques, durables et inexplicables.





COLLECTIF  
**versa**

PRÉVENIR, ACCOMPAGNER & PROTÉGER