



ACTIVITÉS **SPORTIVES** **CULTURELLES** ET DE **LOISIRS**



Le programme  
**Sport Santé**  
de la Fédération Sport et culture





# EN BREF, LE PROGRAMME



Lors de la saison sportive 2012/2013, un projet sur le thème de la **promotion des Activités Physiques et Sportives (APS)** comme **facteur de santé** s'est concrétisé au sein de la Ligue du Lyonnais de la **Fédération Sportive et Culturelle de France (FSCF)** ... Atoutform' est né !

Atoutform' provient d'une rencontre entre les **valeurs** de notre fédération et une

**problématique de santé publique**, qui touche actuellement tous les acteurs de la Santé et du Sport.

Les effets bénéfiques de la pratique d'une **activité physique adaptée** et modérée sur la santé de tout un chacun comme des personnes fragilisées sont désormais scientifiquement avérés.

## ATOIFORM' VOUS PROPOSE 3 THEMATIQUES :

### Thématique ATOIFORM'

Le développement de notre offre sportive et culturelle de qualité déjà existante

Sa promotion par la signature d'une **Charte d'engagement ATOIFORM'**

### Thématique FORM+

La création et le développement d'activités physiques **adaptées à un public fragilisé**

### Thématique BOUGE+

La valorisation et la promotion des modes de déplacement actif pour adopter une hygiène de vie plus active au quotidien.

Lancé en septembre 2012, le programme Atoutform' recense à ce jour **29 associations** impliquées dans le projet par la signature de la « Charte Atoutform' » et **10 associations** qui ont créé une **activité FORM+** en direction de publics fragilisés à besoins spécifiques.

Chaque année, nous proposons deux **formations** de 4 jours pour nos animateurs FORM+, abordant

des thématiques basées sur des fragilités de santé identifiées, favorisant ainsi un accueil adapté de chacun au sein de nos associations.

Présent en 2014-2015 sur **3 événements sport santé**, Atoutform' prend aujourd'hui de l'ampleur au sein de nos 121 associations du Lyonnais.



**Le 15 Octobre 2014**  
Etape du ruban de l'espoir  
LYON (69)



**Le 24 Mais 2015**  
Courir POUR ELLES  
Parc Lacroix-Laval (69)



**Les 27 et 28 Juin 2015**  
Fédéraux de Twirling  
Mezeriat (01)



# QUI SOMMES-NOUS ?

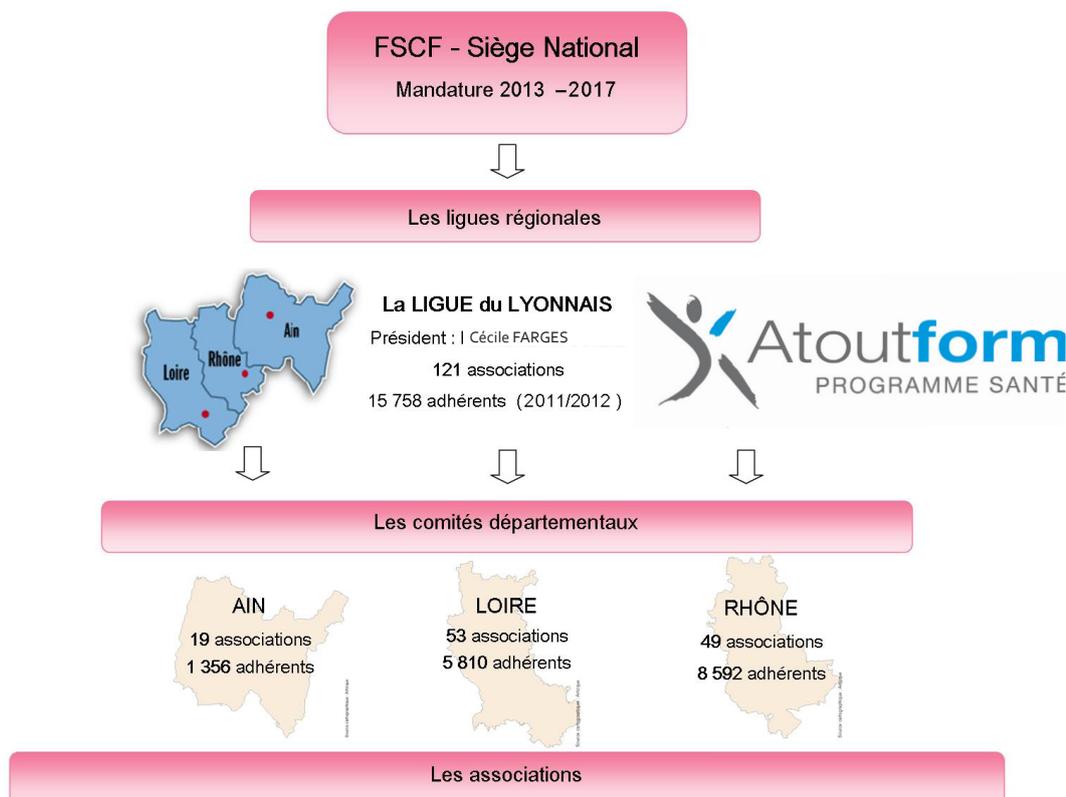
La FSCF est une fédération affinitaire et multi-activités :

- **Des activités sportives** : aquatiques, athlétiques, de pleine nature, gymniques et d'expression, nautiques, judo et arts martiaux, jeux et sports collectifs, sports de boules, sports de raquettes, tir.
- **Des activités culturelles** : arts du cirque, arts plastiques, chant-choral, danse, musique, théâtre.
- **Des activités socio-éducatives** : activités manuelles, activités sociales, jeux de l'esprit, jeux de cartes, centres de vacances, éveil de l'enfant.

Fondée en 1898, la FSCF défend la pratique sportive et développe des activités pour tous.

**Reconnue d'utilité publique** et agréée par le ministère du Sport, de la jeunesse, de l'Éducation Populaire et de la vie associative et le ministère de la Culture, la FSCF fédère 2000 associations animées par la même ambition d' « aider leurs 222 000 adhérents dans leur épanouissement et leur développement. »

En Région :



La préservation des valeurs liées au **respect** de la personne, à la **convivialité** et au **désintéressement** constitue le leitmotiv de toute action fédérale. L'**accessibilité** est l'une de ses préoccupations permanentes. Pour encourager l'ouverture des associations à un large public, la FSCF a signé en 2009 une convention avec la Fédération Française Handisport, et en 2011 une convention avec la Fédération Française du Sport Adapté.



# LE PROGRAMME ATOUTFORM'



CE PROGRAMME SE DÉCLINE SELON 3 THÉMATIQUES : ATOUT+ , FORM+ et BOUGE+

## 3.1 Thématique ATOUT+

Son but est de faciliter l'accès et de promouvoir le développement d'activités physiques pour tous dans les associations de la Ligue du Lyonnais. Pour ce faire, nous encourageons nos associations à signer la Charte Atoutform' qui les engage à développer une démarche de promotion des APS comme facteur de santé auprès de leurs adhérents.

La thématique ATOUT+ s'adresse à tous les publics, dans une approche globale de la personne, en intégrant les aspects physiques, sociaux et psychiques. Elle vise à accompagner notamment le vieillissement.

- Pour les non sportifs elle vise à lutter contre la sédentarité et ambitionner une meilleure forme générale à tout âge.
- Pour les sportifs elle permet de mieux se préparer à la performance, sans dégrader son «capital santé».

## 3.2 Thématique FORM'+

La thématique FORM+ vise à développer dans nos associations des activités physiques adaptées à des publics fragilisés, aboutissant à la structuration d'un « Réseau Atoutform' FSCF » dans les départements de l'Ain, de la Loire et du Rhône.

Elle s'adresse à un public fragilisé, actif ou non, parmi les seniors de 75 ans et plus, les personnes en situation de handicap, et les personnes

présentant une maladie chronique stabilisée (maladies cardio-vasculaires, diabète, obésité, et les personnes en phase 3 d'un cancer).

## 3.3 Thématique BOUGE+

La thématique BOUGE+ vise à investir les associations sportives et culturelles engagées d'un rôle d'éducation de leurs adhérents à développer de tout mode de déplacement actif dans leur quotidien.

## 3-4 Objectifs (2012 – 2016) :

Sensibiliser largement les associations de la Ligue à l'intérêt d'accueillir un public fragilisé, en termes de santé publique.

Augmenter le nombre d'associations engagées dans ce programme, augmenter le type d'actions de prévention, s'ouvrir à de nouvelles pratiques sportives (ex:marche nordique, pilates), et à de nouveaux publics (ex:diverses pathologies, enfants fragilisés par la maladie).

## 3.5 Les plus-values d'ATOUTFORM'

### 3.5.1. Pour les usagers :

- Le « triple A » de la FSCF = qualités d'Accueil, d'Ambiance, et d'Amitié, qui vise une intégration de tous.
- Proposition d'un large éventail d'activités physiques et culturelles.
- Objectif d'amélioration de l'hygiène de vie, de la forme, de la santé, de la prévention des risques (de rechute notamment) et de la socialisation.





# LE PROGRAMME ATOUTFORM'



- Accompagnement adapté et personnalisé.
- Qualité de la prestation fournie garantie par notre mode opératoire (formation, évaluation).

### 3.5.2. Pour la Ligue du Lyonnais :

- Projet innovant à la FSCF dont la Ligue du Lyonnais est le précurseur.
- Rester fidèle et mettre en œuvre les valeurs FSCF, à travers une communication visant à améliorer notre visibilité interne et externe, en matière de santé.
- Axes de développement d'activités, de formations, et du nombre de licenciés.
- Projet pouvant réunir dans une même dynamique des élus, des bénévoles et des salariés.
- Création de nouveaux outils de communication et d'un nouveau groupe de travail sur la thématique de la promotion des APS comme facteur de santé.

### 3.5.3. D'intérêt général :

- Ce programme s'engage vis à vis de la préoccupation politique actuelle (Cf. Allocution de la ministre des Sports, de la Jeunesse, de l'Éducation Populaire et de la Vie Associative, Mme Valérie Fourneyron - 10.10.2012) concernant les prescriptions non médicamenteuses qui favoriseraient la réduction des dépenses de santé publique, et conforteraient les démarches de prévention vers tous les publics (Cf. synthèse du rapport d'orientation de la Haute Autorité de Santé - Avril 2011).
- ATOUTFORM' s'inscrit également dans le plan d'actions «Sport - Santé - Bien être», mis en œuvre par Mme Valérie Fourneyron (Cf. Lettre de Mr Thierry Mosimann Directeur des Sports - 30.01.2013) destiné tant au grand public qu'à des publics spécifiques (personnes âgées, personnes atteintes de maladies chroniques, personnes en situation de handicap...).
- Pour les établissements de santé, la connaissance de notre réseau et de notre

savoir-faire permettra aux praticiens d'orienter correctement les patients stabilisés vers l'association et l'activité les mieux adaptées à leurs besoins (nature de l'activité, position géographique, environnement social).

### 3.5.4. Pour les partenaires :

- Être associé à un projet innovant qui promeut les activités physiques comme facteur de santé.
- S'offrir une visibilité auprès des 15758 adhérents de la Ligue du Lyonnais de la FSCF, et ceux qui les entourent.
- Bénéficier d'un contact privilégié auprès de notre réseau (associations, dirigeants, structures de santé, éducateurs sportifs...)



Devenir acteur de sa santé





# NOS PARTENAIRES

## ILS SOUTIENNENT ATOUTFORM' :



## ILS NOUS SOUTIENNENT :





**FSCF**  
Fédération  
Sportive  
et Culturelle  
de France  
**LIGUE RÉGIONALE  
LYONNAIS**



## NOUS CONTACTER...

**Marjolaine SEGUY**

Agent de développement Sport santé

Tel : 04 72 74 09 21 / 07 82 72 94 19

@ : [fscf.lyonnais.sante@gmail.com](mailto:fscf.lyonnais.sante@gmail.com)

**Ligue régionale du Lyonnais FSCF**

65 rue Bellebombe 69006 LYON

Tel : 04 72 74 09 21

@ : [fscf.lyonnais@online.fr](mailto:fscf.lyonnais@online.fr)

[www.atoutform.org](http://www.atoutform.org)