



É G A L I T É
S P O R T P R O

LES 10 RÈGLES D'OR POUR L'ENCADREMENT SPORTIF EN MATIÈRE DE VHSS

PRÉVENIR LE SEXISME ET
LES VIOLENCES SEXISTES
ET SEXUELLES DANS
LE SPORT PRO



Fonds pour l'amélioration
des conditions de travail



anact

— agence nationale
pour l'amélioration
des conditions de travail



Fédération des entraîneurs professionnels



PRÉVENIR LE SEXISME ET LES VIOLENCES SEXISTES ET SEXUELLES
DANS LE SPORT PRO

LES 10 RÈGLES D'OR POUR L'ENCADREMENT SPORTIF EN MATIÈRE DE VHSS

En tant qu'encadrant(e) sportif-ve, votre rôle est important :

- Parce que vous pouvez faire en sorte de créer un environnement le plus respectueux et favorable au développement de chacun par la prévention et l'exemplarité.
- Parce que vous pouvez être des acteurs clés dans la détection et l'orientation des sportifs ou sportives.

VOICI 10 RÈGLES D'OR QUE VOUS POUVEZ VOUS APPROPRIER POUR REMPLIR CE DOUBLE RÔLE.

01. LES PROPOS OU COMPORTEMENTS SEXISTES, RACISTE, HOMOPHOBES, DISCRIMINATOIRES OU À CONNOTATION SEXUELLE NE SONT INTERDITS DANS LES ESPACES SPORTIFS

Vous avez la responsabilité de prévenir et réagir face à des comportements sexistes, discriminatoires qui pourraient avoir lieu pendant vos enseignements. Vous pouvez préciser le fonctionnement de vos enseignements en début de saison et en profiter **pour rappeler que tout propos ou comportements sexiste, raciste, homophobe, discriminatoires ou à connotation sexuelle sera interdit dans cet espace.**

- ✓ Si vous entendez un propos de ce type pendant la pratique, reprenez le cadre individuellement auprès du sportif ou de la sportive.
- ✗ Ne pas réagir face à des comportements de ce type en tant qu'adulte référent(e) ou encadrant(e) peut participer à les banaliser.



PRÉVENIR LE SEXISME ET LES VIOLENCES SEXISTES ET SEXUELLES
DANS LE SPORT PRO

LES 10 RÈGLES D'OR POUR L'ENCADREMENT SPORTIF EN MATIÈRE DE VHSS

02. VIGILANCE DANS LES CHANGEMENTS DE COMPORTEMENTS DES SPORTIFS OU SPORTIVES

Vous pouvez être un acteur clé de détection. Soyez vigilant(e) à tout changement de comportement chez le sportif ou la sportive (adulte ou enfant) : surinvestissement de la pratique, abandon de la pratique, isolement, mise à l'écart par exemple. Si vous le constatez, vous pouvez échanger avec la personne ou avec d'autres membres de l'encadrement pour identifier la raison.

03. LIMITEZ LES CONTACTS PHYSIQUES À CE QUI EST NÉCESSAIRE À LA PRATIQUE SPORTIVE

Parce que l'activité physique est un sport de contact, pour repositionner le corps des sportifs ou sportives et favoriser leur performance, pour des raisons de sécurité (parades par exemple), il est important que chaque sportif ou sportive se sente en sécurité dans sa pratique. Il est recommandé de limiter les contacts physiques à ce qui est nécessaire pour la pratique et poser un cadre de consentement sur ces contacts.

- ✓ Demander l'accord du sportif ou de la sportive avant de le repositionner, présenter son fonctionnement sur les contacts physiques en début d'année, expliquer à l'oral la bonne posture, montrer sur une personne volontaire ou sur soi-même.
- ✗ Tout contact physique par surprise ou contrainte sur une zone sexuelle du corps est interdit / Avoir un contact physique prolongé même sur une zone non sexuelle du corps, qui sors du cadre de la pratique.

Si vous êtes amené(e) à réaliser des soins pour un sportif ou sportive qui serait légèrement blessé, vous pouvez les réaliser dans un espace ouvert ou en binôme ou solliciter directement du personnel médical sur place.

- ✓ Expliquer les soins au sportif ou sportive afin qu'il puisse les réaliser lui-même (appliquer une pommade ou mettre un pansement par exemple, réconforter à travers des propos plutôt que par des gestes).



PRÉVENIR LE SEXISME ET LES VIOLENCES SEXISTES ET SEXUELLES
DANS LE SPORT PRO

DÉFINITIONS, EXEMPLES ET BONNES PRATIQUES POUR L'ENCADREMENT SPORTIF

04. UTILISEZ UN VOCABULAIRE PROFESSIONNEL ET ADAPTÉ

Utilisez un vocabulaire professionnel et adapté pour mentionner le corps des sportifs et sportives dans les consignes et commentaires, sans allusion à connotation sexuelle.

- ✓ « Pensez à avoir le buste bien droit pour faire l'exercice ».
- ✗ « Les filles c'est le moment de mettre la poitrine bien en avant et montrer vos atouts », « Les garçons, sortez-vous les doigts du cxx ».

05. VEILLEZ À AVOIR DES GESTES DE FÉLICITATIONS ADAPTÉS

- ✓ Check, se taper dans les mains, accolade .
- ✗ Imposer un câlin à un enfant ou à un adulte, mettre une tape sur les fesses par surprise.

06. GARDEZ UN RÔLE PROFESSIONNEL ET D'ADULTE

Lors des déplacements ou compétitions, gardez un rôle d'adulte référent(e) à la bonne distance

- ✓ Rappeler les règles de conduite dans les hébergements (en identifiant les risques et les points de vigilance en fonction du lieu).
- ✗ Ne pas se retrouver seul(e) dans un endroit clos / chambre avec un ou une sportif ou sportive.
- ✗ Évitez de véhiculer seul un enfant mineur ou sinon (en cas d'urgence ou de demande des représentants légaux) ne pas le positionner côté passager ou derrière le chauffeur.
- ✗ Ne pas encourager la consommation d'alcool pour les mineurs « la bière d'après match ».



PRÉVENIR LE SEXISME ET LES VIOLENCES SEXISTES ET SEXUELLES
DANS LE SPORT PRO

LES 10 RÈGLES D'OR POUR L'ENCADREMENT SPORTIF EN MATIÈRE DE VHSS

07. RESPECTEZ L'ACCÈS AUX VESTIAIRES ET DOUCHES

Vérifiez que le cadre autour de l'accès aux vestiaires et aux douches soit connu de tous et respecté.

- ✓ Laisser les sportifs ou sportives se doucher seuls s'ils sont autonomes, ne pas les obliger à le faire s'ils ne le souhaitent pas.
- ✓ Toujours demander l'accès au vestiaire (frapper en demandant la permission avant d'entrer dans le vestiaire).
- ✓ Limité l'accès aux personnes extérieures.
- ✗ Les personnes qui ne sont pas les sportifs ou sportives ou leurs parents (si les enfants ne sont pas autonomes) n'ont pas à entrer dans les vestiaires.

08. ÉCOUTE ACTIVE ET RESPECTUEUSE EN CAS DE FAIT À CONNOTATION SEXUELLE OU SEXISTE

Si un sportif ou sportive vient vous raconter avoir été victime de propos ou comportements à connotation sexuelle non consenti dans le cadre d'un déplacement, d'une compétition ou de la pratique :

- ✓ Gardez une posture neutre, non-jugeante et professionnelle. Vous pouvez lui dire qu'il ou elle fait bien de vous en parler et que vous allez en parler avec votre direction pour voir comment réagir.
Pour plus d'informations, lisez les fiches pratiques du guide « **Mieux repérer et réagir face aux violences à caractère sexuel dans le champ du sport** ».
- ✗ Ne pas minimiser, banaliser ou renvoyer la faute sur la personne qui vous parle.
Exemples : « Tu es sûr(e) que tu n'as rien dit ou fait pour déclencher ça? », « Il ne faut pas en faire toute une histoire, ce n'est pas grand-chose ».



PRÉVENIR LE SEXISME ET LES VIOLENCES SEXISTES ET SEXUELLES
DANS LE SPORT PRO

LES 10 RÈGLES D'OR POUR L'ENCADREMENT SPORTIF EN MATIÈRE DE VHSS

09. ENCOURAGEZ DES COMMUNICATIONS BIENVEILLANTES ET SÉCURISÉES

Les communications, qu'elles soient par mail, téléphone ou sur les réseaux sociaux, doivent impliquer deux adultes responsables (parents ou entraîneur(e)s), notamment lorsque cela concerne des mineurs. Cela garantit une supervision et réduit les risques d'abus ou de malentendus.

- ✓ Les communications doivent respecter des horaires raisonnables, afin d'éviter les échanges en dehors des temps de déconnexion habituels.
- ✓ Les échanges doivent respecter la confidentialité des informations privées (médicales, personnelles, etc.) et ne doivent pas être partagés sans consentement préalable.
- ✓ Les messages doivent être clairs, adaptés à l'âge et à la situation des jeunes sportifs ou sportives, et éviter tout langage inapproprié ou ambigu.
- ✗ Ne pas autoriser la propagation de photos / images sur les communications (vérification du droit à l'image).

10. AYEZ UNE POSTURE OUVERTE ET PROACTIVE POUR VOUS FORMER SUR LE SUJET

Sollicitez votre direction pour bénéficier de temps de formations ou d'informations, prenez le temps de vous documenter, partagez des contenus et discussions sur le sujet avec vos collègues. Voir sur [ce lien](#) une liste de ressources pour aller plus loin.