



É G A L I T É
S P O R T P R O

RÉCAPITULATIF ARTICULATION VIE PRO ET VIE PERSO DANS LE SPORT PRO

ARTICULER
LES TEMPS DE VIE DANS
LE SPORT PROFESSIONNEL



Fonds pour l'amélioration
des conditions de travail



anact

— agence nationale
pour l'amélioration
des conditions de travail

fep

Fédération des entraîneurs professionnels



L'ARTICULATION DE TEMPS DE VIE

ARTICULATION DES TEMPS DE VIE : DE QUOI PARLE-T-ON ?

On parle d'articulation des temps de vie pour évoquer tous les dispositifs qui permettent de concilier nos différents « temps de vie » quels qu'ils soient : vie familiale, vie professionnelle, études, engagements politiques ou associatifs, pratiques sportives ou de loisirs, temps libres etc. L'articulation des temps de vie est souvent présentée comme une mesure indispensable pour favoriser l'égalité professionnelle entre les femmes et les hommes, du fait notamment de l'inégale répartition des tâches entre les femmes et les hommes.

À NOTER : D'après l'INSEE, les femmes consacrent en moyenne 1h36 de plus par jour que les hommes aux tâches domestiques et familiales.

LE SAVIEZ-VOUS ?

La notion de « temps libre » n'est pas définie dans le Code du Travail. De fait, le « temps libre » est réputé être tout ce qui ne relève pas du temps de travail selon le rapport du CESE de 2024 sur l'articulation des temps de vie. Or, indique le rapport « on peut distinguer, dans les temps libres, le temps contraint par des obligations personnelles de celui libéré de toute contingence matérielle ». L'enjeu de l'égalité, c'est aussi permettre à toutes et tous d'avoir accès à ce temps libre, libéré de contraintes matérielles.

POURQUOI PARLER D'ARTICULATION DE TEMPS DE VIE ?

Au-delà de permettre une meilleure égalité professionnelle entre les femmes et les hommes, favoriser l'articulation des temps de vie permet également de :

- Améliorer les conditions de travail.
- Améliorer l'engagement et la motivation des équipes.
- Répondre à des enjeux de turn-over dans certains secteurs.
- Répondre à des attentes en évolution des personnes en emploi. **QUELQUES CHIFFRES**
- 66% des travailleurs pensent que l'amélioration de l'équilibre des temps de vie à un impact très important sur la qualité de vie au travail ; 51% un impact très important sur l'engagement des salarié(es) et 36% sur la performance économique (Observatoire de l'équilibre des temps. 2018).
- 77% des entraîneurs sportifs jugent leur vie familiale fortement impactée par leur métier. **Plus de la moitié des entraîneur(e)s ont déjà eu envie d'abandonner leur métier, dont 65% pour des raisons familiales (INSEP, 2019).**



ARTICULER LES TEMPS DE VIE DANS LE SPORT PROFESSIONNEL

L'ARTICULATION DE TEMPS DE VIE

DES ENJEUX FORTS DANS LE MONDE DU SPORT PROFESSIONNEL

« Nous faisons un métier hors du commun »

membre de l'encadrement sportif d'un club de rugby professionnel

L'organisation atypique du travail dans les clubs sportifs professionnels renforce les enjeux d'articulation des temps : travail le week-end et les jours de matchs en fonction des championnats, déplacements nombreux hors du domicile, difficultés de remplacement des profils très spécifiques dans les effectifs.

LE SAVIEZ-VOUS ?

Ces enjeux sont forts dans le monde du sport professionnels. Comme dans beaucoup d'autres secteurs ! 64% des français, aujourd'hui, ne travaillent pas sur des semaines standards horaires fixes de 5 jours ouvrés : horaires atypiques, temps partiel, astreinte... (médical, transports, événementiel par exemple).

Le sujet des représentations et stéréotypes peut également constituer un frein à l'articulation de la vie professionnelle et parentale dans le secteur.

« Partir en congé maternité quand on est une femme entraîneuse, c'est aussi avoir la crainte d'être remplacée par une personne qui n'a pas la même vision que nous et le même projet pour l'équipe »

Membre de l'encadrement sportif d'une équipe de basket professionnelle

« Le congé paternité est tabou dans notre secteur, très peu de joueurs ou de membres de staff osent le demander. Pourtant, les premiers moments de la vie sont importants. »

Membre de l'encadrement sportif d'un club de rugby professionnel



L'ARTICULATION DE TEMPS DE VIE

LES OBLIGATIONS LÉGALES ET CONVENTIONNELLES LIÉES À L'ARTICULATION DES TEMPS DE VIE

Plusieurs obligations existent pour les clubs concernant l'articulation des temps de vie :

- **Les obligations liées au droit à la déconnexion**
(négociation ou mise en place d'une charte avec des mesures de régulation de l'outil numérique et des mesures pour respecter les temps de temps et de congés).
- **Les obligations concernant les congés**
(octroyer les congés pour événements familiaux – PACS, mariage, enfant ou parent malade, décès d'un proche – les congés maternité, d'adoption, paternité, congé parental d'éducation, absences pour enfant malade, congé de proche aidant, congé de solidarité familiale, déménagement).
- **Les obligations concernant les salariées enceintes**
(protection contre le licenciement, protection de la santé, retrait des postes à risques, autorisation d'absence pour se rendre aux examens médicaux obligatoire, congé maternité).
- **Les obligations conventionnelles du sport concernant les temps de repos**
(minimum de 11h de repos entre deux journées de travail pouvant être réduite à 9h dans les cas de déplacement pour jouer à l'extérieur, dérogation à l'obligation du repos dominical, réduction de la durée hebdomadaire de repos à 33h en cas de déplacement pour un match à l'extérieur, report des jours de repos hebdomadaires à la fin d'une compétition s'ils n'ont pas pu être pris en raison de la nature de cette dernière).



L'ARTICULATION DE TEMPS DE VIE

COMMENT AGIR ?

(TÉMOIGNAGES)

« Ce qui serait utile serait d'avoir un entretien en retour du congé d'accueil de l'enfant, d'avoir des aménagements et pouvoir poser des jours de congés pour déconnecter, avoir plus de relais au niveau du staff en travaillant en binôme par exemple afin que les jours off puissent être réellement. Par ailleurs, j'aurais bien aimé avoir un accompagnement suivi tous les mois ou deux mois pendant la première année de mon enfant pour évoquer ces sujets là, par exemple avec les cellules médicales du club »

Membre de l'encadrement sportif d'un club de rugby professionnel

« Dans le club, on accepte les enfants à l'entraînement en cas d'enfant malade pour permettre aux joueurs de participer. On pourrait envisager que tous les 3 ou 4 déplacements, il soit possible d'avoir des modes de garde pour pouvoir faire les déplacements avec les enfants et familles »

Membre de l'encadrement sportif d'une équipe de basket professionnelle



L'ARTICULATION DE TEMPS DE VIE

QUELQUES EXEMPLES DE BONNES PRATIQUES

CONCERNANT LES CONGÉS PARENTAUX

Communiquer sur les droits en matière de parentalité à travers des guides, affiches ou outil et via l'encadrement pour favoriser l'accès aux droits et prévenir les stéréotypes liés à la prise de ces congés. Réagir en cas de propos stéréotypé sur la parentalité.

Mettre en place des **binômes sur des projets et remplacements en anticipation des départs en congés** paternité, maternité ou d'adoption pour les fonctions supports et dans les encadrements techniques.

Organiser des **entretiens avant et après les congés parentaux** pour assurer un retour dans les meilleures conditions des personnes concernées et identifier leurs besoins en matière d'organisation du travail, pour l'ensemble des salarié(e)s (intégrant les joueurs et membres de l'encadrement technique).

CONCERNANT L'ARTICULATION VIE PROFESSIONNELLE ET VIE FAMILIALE

Proposer des **solutions de garde d'enfants ou service facilitateurs** : achat de berceaux en crèches privées, création d'une crèche d'entreprise ou inter-entreprises, mise en place de chèques emploi service préfinancés, prise en charge des frais de gardes supplémentaires en cas de déplacement professionnel. Étudier les services de proximité avec les collectivités locales et les associations et mettre en place des partenariats. Pratiquer une flexibilité pour les situations d'urgence (accueil des enfants sur les temps d'entraînements par exemple).

Mettre en place des **roulements et une répartition équilibrée des déplacements professionnels** entre les différents membres d'une équipe. Envisager le recours à la visio lorsque c'est possible. Mettre en place un horaire de début de poste décalé d'une heure, pour les parents souhaitant accompagner leurs enfants le jour de la **rentrée scolaire**.

Aborder la question de l'articulation des temps de vie dans le cadre de l'entretien annuel en rajoutant une question systémique par exemple « votre charge de travail et vos horaires de travail vous paraissent-ils adaptés à ton poste de travail ? » et « est-ce que l'organisation actuelle du travail vous permet d'articuler votre vie professionnelle et votre vie personnelle de façon satisfaisante ? »

CONCERNANT LE DROIT À LA DÉCONNEXION ET LES TEMPS DE REPOS

Accompagner le droit à la déconnexion en fixant des règles :

- Établir des horaires sans communication professionnelle, par exemple pas d'envoi de mail entre 18h30 et 8h30, en cas de travail en dehors des horaires de bureau (par exemple si déplacement), utiliser l'envoi programmé des mails, mettre en signature de mail une phrase qui affiche que les mails ne sont pas lus en dehors des horaires de travail.
- Avoir des outils de communication exclusivement dédiés au professionnel (numéro de téléphone dédié, renvoi d'appel, appel en numéro masqué, outil de messagerie instantané unique, commun).
- Adopter des solutions techniques dédiées : mise en veille, blocage de serveurs.

Rédiger une charte des temps formalisée qui reprenne ces principes et communiquer sur cette charte. Impulser la dynamique par la direction et l'encadrement.

Mettre à disposition des outils d'enregistrement des temps de travail et informant du dépassement. Les jours de matchs, appliquer les récupérations du temps de travail sur la présence des salariés est requis dans le cadre du travail.



ARTICULER LES TEMPS DE VIE DANS LE SPORT PROFESSIONNEL

L'ARTICULATION DE TEMPS DE VIE

RESSOURCES ET OUTILS

*Cadre interministériel pour l'élaboration d'une charte de temps,
Ministère de la transition écologique et solidaire, 2019*

<https://www.cmvrh.developpement-durable.gouv.fr/cadre-ministeriel-pour-l-elaboration-d-une-charte-a3860.html>

*Guide Crèches et Entreprise : quelles solutions pour mon entreprise ?
Club Crèches et Entreprise, 2011*

https://ff-entreprises-creches.com/app/uploads/2016/06/Guide_club_entreprises.pdf

*Guide des bonnes pratiques innovantes en matière d'égalité femmes/hommes
dans les entreprises, Ministère de l'Economie, des finances et de la relance, 2020*

<https://www.entreprises.gouv.fr/files/files/Publications/2020/Guides/2020-guide-bonnes-pratiques-innovantes-egalite-femmes-hommes-entreprises.pdf>

*Articulation des temps de vie en entreprise : les clés pour convaincre
et agir de manière concrète, Fondation FACE, 2013*

<https://face-paris.org/wp-content/uploads/2015/08/Guide-Articulation-des-temps-de-vie-en-entreprise.pdf>

Les conditions de travail des entraîneurs de haut niveau en France, INSEP, 2019

<https://www.insep.fr/sites/default/files/media/downloads/RapportStats-CTEHN-2019.pdf>