

**Notice Atout+**



# // Contexte sport-santé



Il est aujourd'hui scientifiquement établi que la pratique d'une activité physique régulière d'intensité modérée demeure un moyen efficace pour lutter contre les effets du vieillissement et augmenter l'espérance de vie de tous.

De nombreuses études confirment ces résultats, et notamment l'expertise collective réalisée par l'INSERM<sup>1</sup> en 2008 « Activité physique, contexte et effets sur la santé », constituée de près de 200 articles scientifiques qui énumèrent les bienfaits de la pratique physique. Cette expertise met notamment en évidence le fait que l'activité physique prévient d'un certain nombre de pathologies non transmissibles, et contribue au traitement de certaines d'entre-elles.

C'est dans ce contexte scientifique que la France développe depuis plusieurs années des plans nationaux pour lutter contre les fléaux de santé publique qui l'assaillent (Plan National Nutrition Santé, Plan Bien Vieillir, Plan Cancer, etc.).

Le dernier de ces plans est le plan Sport-Santé Bien-Être introduit par Mesdames Touraine et Fourneyron au conseil des ministres le 10 octobre 2012. Ce plan vise la promotion et le développement de la pratique des activités physiques et sportives (APS) comme facteur de santé publique. Deux typologies de publics sont concernées par ce plan selon deux volets distincts :

*Un volet « grand public » qui couvre le champ de la pratique des APS pour tous comme facteur de santé et de bien-être.*

*Un volet « publics à besoins spécifiques » qui couvre le champ de la pratique des APS comme facteur de santé pour chacun.*

Selon l'OMS<sup>2</sup>, l'activité physique correspond à « tout mouvement corporel produit par les muscles squelettiques entraînant une dépense d'énergie supérieure à celle du repos », et la santé correspond à « un état de complet bien-être physique, mental et social, qui ne consiste pas seulement en une absence de maladie ou d'infirmité ».

Les Activités Physiques et Sportives (APS) représentent ainsi un continuum allant de l'inactivité à une activité modérée, jusqu'à la pratique d'activités physiques d'intensité élevée de façon régulière. Le sport n'est donc qu'un « sous-ensemble de l'activité physique, spécialisé et organisé ».

Partant de ces définitions, des plans nationaux développés par le gouvernement et des connaissances scientifiques actuelles, il est indéniable que les associations de la Fédération Sportive et Culturelle de France (FSCF) doivent prendre part à ces actions de santé publique.

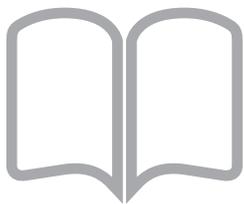
« En effet, la FSCF est une fédération multisports et multiactivités, qui s'adresse à tous les publics avec l'objectif prioritaire de l'épanouissement de l'individu. Son projet éducatif la prédestine à œuvrer pour la santé, le bien-être et le mieux-être, tant physiques que psychiques, de ses pratiquants. » La définition des activités, la promotion du sport pour tous et adapté à chacun, la convivialité recherchée au travers du lien associatif, la volonté d'accueil et d'ouverture solidaire de ses associations les placent dans une situation privilégiée pour concourir à la politique nationale de santé publique.



*« C'est pourquoi la FSCF a développé son programme santé : le programme Atoutform', à destination de ses associations. »*

1 Activité physique : Contextes et effets sur la santé - Expertise collective INSERM, 2008  
2 Organisation Mondiale de la Santé

# // Présentation du Programme santé Atoutform'



En 2013, le programme santé Atoutform' a vu le jour au sein de la Fédération Sportive et Culturelle de France. Son objectif principal est de permettre à chacun de découvrir une pratique qui lui est adaptée quels que soient son âge, son état de santé et ses capacités physiques afin de prendre soin de sa santé.

Le programme Atoutform' est une marque protégée et déposée à l'INPI depuis le 25 novembre 2013. Ce dépôt de marque offre à la FSCF le monopole d'exploitation de l'appellation Atoutform', ainsi que de toutes ses déclinaisons possibles.

Ce monopole d'exploitation est valable pour 10 ans sur le territoire français et est renouvelable indéfiniment pour les classes de produits et services pour lesquelles il est à ce jour enregistré. Cela nécessite donc l'établissement de chartes d'engagement avec les associations souhaitant développer le programme. Ces associations peuvent bénéficier d'un accompagnement de proximité par leurs structures territoriales (comité départemental et/ou comité régional).



Le programme Atoutform' se compose de trois thématiques :



**Atout+**

La thématique **Atout+** constitue la porte d'entrée obligatoire pour toute association souhaitant développer le programme.



**Form+**

Les thématiques **Form+** et **Bouge+** sont optionnelles, et permettent ainsi à chaque association de développer uniquement les thématiques qui répondent aux besoins de son environnement.



**Bouge+**



# // La thématique Atout+

La thématique Atout+ est la porte d'entrée obligatoire dans le programme Atoutform'. Son objectif est de favoriser une démarche sport santé dans une association FSCF. C'est la possibilité pour les non-sportifs de lutter contre la sédentarité et d'ambitionner une meilleure forme générale à tous les âges. C'est également permettre aux sportifs de mieux se préparer à la performance sans dégrader leur « capital santé ».

Cette thématique est donc à destination de tous, et vise à proposer au sein des associations FSCF engagées des activités physiques et culturelles régulières diverses et des actions de sensibilisation.

Pour s'engager dans cette thématique, les associations doivent signer la charte Atout+. Pour une meilleure compréhension, les engagements de cette charte sont déclinés au sein de cette notice.

## ■ VIE ASSOCIATIVE

### **Intégrer le programme Atoutform' dans la rédaction de son projet associatif**

Une association sportive et/ou culturelle se construit autour d'un projet commun à tous ses membres. Pour cette raison, il est important que l'association ait rédigé son projet associatif, et qu'elle y insère un point faisant état de ses projets en termes de sport santé illustrant sa volonté de s'engager dans le développement d'un programme santé tel que le programme Atoutform'.

Pour cet exercice, un soutien peut être apporté par la structure fédérale la plus proche (comité régional et/ou comité départemental).

### **Nommer un référent santé qui participera aux événements proposés par son territoire FSCF**

Afin que les associations engagées dans le développement du programme Atoutform' s'inscrivent dans une dynamique de territoire, elles doivent nommer un référent santé qui assurera le lien régulier entre l'association et la structure fédérale la plus proche. Ce référent sera accompagné par des rassemblements et sessions d'accompagnement en visioconférence via sa structure fédérale la plus proche.

Le référent santé doit pouvoir s'appuyer sur les dirigeants de l'association qui se tiennent informés des actions menées au sein de l'association, et qui sont relais de celles-ci. Les dirigeants s'engagent à soutenir le référent santé dans la coordination des actions mises en place dans l'association et à promouvoir largement ces actions auprès des adhérents et des institutions locales.

### **Débuter le développement du programme Atoutform' par sa thématique Atout+**

Cet engagement respecte l'éthique du programme santé Atoutform', à savoir de prévenir la santé de tous les membres de l'association avant de se tourner vers l'accueil de publics fragilisés (posture proposée par la thématique Form+).



## Permettre un accès de tous à la pratique d'une activité physique et/ou culturelle dans le respect de l'intégrité physique des pratiquants

Cet engagement peut se réaliser en diversifiant les propositions d'activités et en les adaptant, avec un encadrement formé et soucieux des besoins individuels de chacun.

## Prendre part à la communauté des associations engagées dans la thématique Atout+

Dans le cadre du programme santé Atoutform', chaque association s'engage à nommer un référent santé. Ce dernier aura donc un réseau d'homologues dans les autres associations engagées du territoire. A ce titre, il pourra proposer à sa structure FSCF la plus proche des articles pour faire part des initiatives de son association sur les réseaux Web et presse de celle-ci. Il pourra également se mettre en lien avec les autres référents directement pour échanger des idées, initiatives, et éventuellement construire des projets communs.

Dans le cadre de la thématique Atout+, les actions de sensibilisation, prévention développées par une association et relatées par son référent santé peuvent être prises pour exemple par d'autres associations.

C'est ainsi que l'on évoque la notion de communauté des associations engagées.

## Obtenir la certification FSCF

Il est nécessaire que les associations s'engageant dans le programme santé Atoutform' par sa thématique Atout+ s'engagent également dans une démarche globale de qualité. Cette démarche se concrétise par la certification FSCF.

Pour plus d'informations :  
[www.fscf.asso.fr/certification](http://www.fscf.asso.fr/certification)

## JURIDIQUE

### Respecter la terminologie exacte du programme santé Atoutform' et de sa thématique Atout+

Comme évoqué précédemment, le programme santé Atoutform' et ses thématiques sont des marques déposées à l'INPI (Institut National de la Propriété Individuelle). À ce titre, la fédération est donc détenteur des droits d'utilisation de cette marque, qu'elle délègue à ses territoires et à ses associations. Par la charte Atout+, l'association s'engage à respecter la terminologie exacte du programme et de sa thématique Atout+ lors de toute promotion.

Elle s'engage donc à respecter les éléments suivants :

- Atoutform' est un « programme santé ».
- Atoutform' s'écrit avec les lettres toutes attachées, avec une apostrophe à la fin, et en minuscules après un A majuscule.
- Atout+ est une « thématique ».
- Atout+ s'écrit en minuscules après un A majuscule, et comporte un sigle + placé sans espace après le mot.



### Respecter le logo et l'identité visuelle conformément à la charte graphique du programme

Afin de permettre une identification du programme santé Atoutform' sur tout le territoire national par le grand public, les associations développant le programme s'engagent à ne pas modifier son logo et à respecter sa charte graphique.

Ainsi, pour toute utilisation du logo sur le site internet, les flyers de promotion, les affiches et autres éléments développés par une association, une charte graphique est à disposition auprès de la structure fédérale la plus proche.

### Réaliser une promotion uniforme du programme et de sa thématique Atout+ via les supports communiqués par la fédération

Afin de renforcer l'identification du programme santé Atoutform' sur tout le territoire national par le grand public, il est également important d'utiliser les supports de promotion communiqués par la fédération pour toute communication (pack communication).

Contenu du pack communication :

- Plaquette de présentation du programme Atoutform'.
- Flyer (recrutement de pratiquants).
- Affiche type.
- Pass'Sport Atout+ et Notice d'utilisation (outils d'animation d'événements et de promotion en cours de réalisation).

Des produits seront disponibles à la vente à la boutique fédérale (kakémono, goodies, etc.).

L'association pourra insérer son logo et ses coordonnées sur certains de ces supports. Elle pourra également utiliser des supports trames pour réaliser une communication spécifique.

Par ailleurs, dans le cadre du programme Atoutform', il est important de porter attention au vocabulaire employé. Par exemple :

- « Rééducation » : terme uniquement réservé aux kinésithérapeutes et médecins.
- « Santé » : ce n'est pas le champ d'action du programme Atoutform'. Ce dernier œuvre dans le domaine de la prévention-santé.
- « Activités physiques adaptées » : intitulé réservé aux professionnels spécifiquement formés.

Les supports du pack communication permettent ainsi de mettre à disposition du vocabulaire adapté pour une promotion adéquate.

### Participer aux sessions de visio-conférences "Accompagnement du référent santé associatif" organisées par le comité régional FSCF local.

En tant qu'interface entre son association et la structure fédérale la plus proche, le référent santé associatif a la possibilité de se former en présentiel ou à distance.

L'accompagnement est organisé en 3 paliers :

1. Devenir ambassadeur du programme santé Atoutform' - 5 heures
2. Connaître et savoir démarcher les interlocuteurs santé de son territoire - 2 heures
3. Comprendre comment introduire la thématique de promotion de la santé dans la rédaction de demandes de financements - 2 heures

Les renseignements et inscriptions sont disponibles auprès du comité régional FSCF local.



## ■ ACTIONS

### Développer au moins une action de promotion de la santé à destination des membres de l'association et de leurs proches.

Pour toute association engagée dans la thématique Atout+, il est demandé d'animer au moins une action de promotion de la santé à destination de ses membres par saison sportive. L'association peut nommer la personne de son choix pour l'organisation et l'animation de cette action. Cette dernière devra participer aux sessions d'accompagnement Atout+ proposées par son territoire.

Cette action vient en complément des activités « santé » régulières de l'association.

Il est possible de bénéficier d'un soutien de la structure fédérale la plus proche pour élaborer des contenus.

Quelques sujets pour exemple :

- Alimentation de l'effort / Les risques liés aux régimes.
- Boissons énergisantes et énergétiques, comment les différencier ?
- Comment prévenir le risque de fuites urinaires lié à la pratique intensive d'un sport chez la jeune fille ?
- Les risques du tabac / Connaître les précautions à prendre en cas d'adhérent porteur d'un asthme à l'effort.

## ■ ÉVALUATION

### Répondre à l'évaluation annuelle de la thématique Atout+ déployée par la fédération

Pour connaître l'impact quantitatif et qualitatif du déploiement du programme Atoutform' sur le territoire national, la fédération met en place une évaluation annuelle. Plusieurs questionnaires sont donc diffusés à différentes cibles sur le territoire. En signant la charte d'engagement Atout+, les associations s'engagent à répondre à ces questionnaires.

Les questionnaires sont à compléter en ligne entre le 1er et le 30 juin de chaque saison sportive, et aborderont tant les aspects qualitatifs que quantitatifs.

Une présentation des résultats de ces évaluations sera faite lors du congrès fédéral suivant.



# LA FÉDÉRATION SPORT ET CULTURE

Reconnue d'utilité publique, la Fédération Sportive et Culturelle de France (FSCF) rassemble depuis 1898 des associations partageant un projet éducatif commun basé sur des valeurs d'ouverture, de respect, d'autonomie, de solidarité et de responsabilité. Forte de ses 222000 licenciés et 1500 associations affiliées, l'engagement de la FSCF s'exprime au travers d'une offre d'activités variées dans les domaines sportifs, artistiques et culturels. Les activités sont ouvertes à tous sans distinction, quels que soient le niveau et la forme de pratique souhaités : initiation, découverte, loisir et/ou compétition et donnent lieu chaque année à de nombreuses manifestations et rencontres nationales. La fédération dispense et délivre des formations pour garantir la qualité de ses intervenants, animateurs, entraîneurs, professionnels et/ou bénévoles (Brevets Fédéraux, BAFA/BAFD, BPJEPS, etc.).

La FSCF attache une attention particulière à la promotion du sport, vecteur de santé et de bien-être. Outre le cadre réglementaire et sécuritaire, la FSCF s'est notamment donnée pour mission de participer à l'effort collectif pour l'amélioration de la santé de la population par la pratique régulière d'une activité physique.



Pour toutes demandes de renseignements sur le programme santé Atoutform' :  
[www.fscf.asso.fr/atoutform](http://www.fscf.asso.fr/atoutform) ■ [atoutform@fscf.asso.fr](mailto:atoutform@fscf.asso.fr)

Rejoignez-nous sur



**Fédération Sportive et Culturelle de France**  
22 rue Oberkampf ■ 75011 Paris  
T +33(0) 1 43 38 50 57  
F +33(0) 1 43 14 06 65  
[fscf@fscf.asso.fr](mailto:fscf@fscf.asso.fr) ■ [www.fscf.asso.fr](http://www.fscf.asso.fr)