

# Tu Veux Savoir ?



[www.fsgt75.org](http://www.fsgt75.org)

Foot à 7 Tennis Capoeira Échecs Ski Tennis de table Judo Athlétisme Natation Badminton

Les milieux populaires	page 1
Challenge « Raymond Sauvé »	page 5
Initiative du Bad	page 6
Le sport est un droit	page 7



Fédération Sportive et Gymnique du Travail

Foot à 11 Escalade Volley



## CHANTIER AUTORISÉ AU PUBLIC !

L'élaboration du projet fédéral du chantier « **LES MILIEUX POPULAIRES** » avance. Le collectif, chargé de cette mission, doit faire des propositions susceptibles de permettre à toutes les instances FSGT de rejoindre les publics issus des milieux populaires toujours éloignés de la pratique sportive. Ce collectif, aujourd'hui, présente un plan d'action en 5 actes :

- Construire des partenariats sociaux, éducatifs et culturels ;
- Rechercher des partenariats financiers ;
- Créer un centre de ressources et d'information ;
- Concevoir et construire des modules pédagogiques ;
- Informer et communiquer ;
- Impulser et appuyer des initiatives locales inter comités.

Ce plan d'action est une première étape sur les deux années à venir et souhaite y associer l'ensemble des acteurs de notre fédération.

Contact : 01 49 42 23 39 ou [amina.essaidi@fsgt.org](mailto:amina.essaidi@fsgt.org)



## DANS LE BAIN JUSQU'AU BOUT !

La toute première journée de la saison concernant la **NATATION** a regroupé une quinzaine de participants.

Le prochain rendez-vous est prévu à la piscine Blomet (Paris 15<sup>ème</sup>), le **samedi 26 novembre 2011** de 13h à 18h.



## ROQUE AND RÔLE !!

La première ronde de l'activité **ECHECS** du « tournoi du mercredi » aura lieu dans les locaux du comité de Paris (Paris 19<sup>ème</sup>), le **mercredi 16 novembre 2011** à partir de 19h.

Contacts :

Guy Siégel au

01 43 75 67 86

ou

[Guysiegel@free.fr](mailto:Guysiegel@free.fr)



## À L'ÉPREUVE DU TEMPS

Les prochaines épreuves fédérales des **ACTIVITÉS ATHLÉTIQUES** :

- Le dimanche 11 mars 2012 avec un cross country à Stains (93)
- Le dimanche 18 et 19 mars 2012 avec des épreuves indoor à Aubières (63) ou Liévin (62).

Contact : [cs16@orange.fr](mailto:cs16@orange.fr) ou 06 87 02 47 39



## UN ÉLAN CYCLISTE !

Le club « l'Élan cyclo de Limeil-Brévannes » nous informe qu'il réorganise le **dimanche 20 novembre 2011** à partir de 13h 30, le **CYCLOCROSS « souvenir René Le Roc'h »**. Il s'agit de courses ouvertes à toutes les catégories d'âges. Les circuits sont tracés dans le Bois des Regards à Limeil-Brévannes (77).

Tarifs = 4 €/adulte - 3 €/jeunes - Gratuit pour les écoles de vélo

Renseignements logistiques et organisation : 01 60 29 34 37



## CQFD ? (certificat de qualification de formation diplômante !)

Le **Certificat de Qualification Professionnelle d'Animateur de Loisir Sportif** (CQP ALS) constitue le premier niveau de qualification professionnelle de la filière « sport pour tous ». Il permet aux animateurs de nos associations sportives ou multisports (enfants, adultes, seniors) d'exercer une fonction d'encadrement sportif contre rémunération et donne accès aux autres diplômes professionnels dans le domaine de l'éducation physique et sportive.



La FSGT propose cette formation complète avec la certification de deux options à choisir entre :  
- Les jeux sportifs et d'opposition (ballons, raquettes ...)  
- Les activités gymniques d'entretien et d'expression (cardio, renforcement musculaire, technique douce ...).

Tous les autres renseignements au 01 49 42 23 24 ou [lif@fsgt.org](mailto:lif@fsgt.org)

## UN BEAU SCORE : 75 à 13 !



Comme annoncé dans le TVS d'octobre, une rencontre s'est déroulée entre le comité de Paris et celui des Bouches-du-Rhône, le 13 octobre dernier au siège de l'avenue de Flandre (19<sup>ème</sup>). Le but de cette réunion était la recherche d'une mutualisation de nos savoir-faire et d'imaginer un calendrier de rencontres sportives pour les saisons à venir. Ces échanges ont été positifs et instructifs, chaque délégation bénéficiant de l'expérience de l'autre. Plusieurs sujets furent abordés : le fonctionnement des structures, la formation, les activités sportives comme le football, le volley, la natation, le tennis et le tennis de table. Des rencontres sportives seront organisées durant la saison.

## UN FOOT DANS LE BUT !

L'**Assemblée Nationale des Activités des Football FSGT** aura lieu les **11 et 12/11/2011** à Bobigny (93). Elle permettra de faire l'état des lieux de l'ensemble des football dans la fédération – d'analyser l'évolution des besoins et des motivations des pratiquants – de valider des orientations générales visant la pratique pour tous – d'adopter le fonctionnement et la composition de la commission fédérale.



Participent à cette réunion, tous les membres des différents collectifs ou commissions, qu'il s'agisse du foot à 7, du foot à 11, de la coupe Delaune, du tournoi des sélections, du foot « enfants » ou toute autre forme de football. Cette participation reste ouverte à tous les clubs.

Contacts : 01 49 42 23 60 ou 01 49 42 23 64

## SANS THÉ DANSANT !!

De nouvelles formations d'animateurs et animatrices sont proposées par la commission fédérale de **GYM FORME SANTÉ ET DANSE**.

- **3 décembre 2011** : Stage de maniements d'engins de gymnastique rythmique dans des formes scéniques et théâtrales à Pantin (93)
- **8 janvier 2012** : Stage de Hip-Hop, Capoeira, Breack Dance à Levallois (92) ... date à confirmer.

Si ces stages vous intéressent, n'hésitez pas à contacter  
le 01 49 42 23 35 ou [anne-laure.goulbert@fsgt.org](mailto:anne-laure.goulbert@fsgt.org)





## ATTENTION, AVALANCHES !!

Comme chaque année, une journée « **NEIGE ET AVALANCHES** » est proposée le **samedi 3 décembre 2011** par le comité 94.

- *Le matin* : connaissances de base sur la neige et les avalanches, exemples d'accidents, conduite sur le terrain, au siège du comité au 115, avenue Maurice Thorez 94200 Ivry.
- Le repas est pris sur place (chacun amène son casse-croûte).
- *L'après-midi* : initiation à la recherche avec ARVA (appareil de recherche de victimes d'avalanche) sur la plage bleue de Valenton.



*Renseignements et inscriptions : 06 22 35 01 03 ou b.gentou@free.fr*

## 7 EXTRA ... !!



Dans le foot à 7 auto-arbitré, le plaisir du jeu et l'esprit de camaraderie priment sur l'enjeu du seul résultat. Ainsi au cours des rencontres, il n'existe pas de « délégation de pouvoir ». Par l'auto-arbitrage, les joueurs assument, eux-mêmes, le loyal déroulement du match. Ils en sont les garants. Chaque joueur considère que sans les autres, il n'y a pas de jeu et donc pas de plaisir possible.

Pour les mêmes raisons, outre les équipiers, les « adversaires » deviennent alors des partenaires qui permettent de déployer une qualité de jeu, un talent et donc de progresser.

## ORRES PISTES AUTORISÉ !!

Comme chaque année, le collectif « Plein Air » FSGT reconduit son rassemblement de la glisse **aux ORRES** (05) du **17 au 23 décembre 2011**. Ce rassemblement convivial et associatif s'adresse à l'ensemble des militants et adhérents des clubs de la FSGT – Licence FSGT obligatoire.

Les objectifs de ce rassemblement :

- Contribuer à populariser les sports de glisse sous toutes ses formes et à tous les niveaux ;
- Tous les adhérents peuvent participer et trouver leurs places ;
- Aider à la formation de pratiquants autonomes et responsables ;
- Créer des liens avec les membres de clubs et des régions présentes.

Participation aux frais = 340 € (hors transport)

*Contacts : 01 49 42 43 19 ou lesorres2011@fsgt.org*



## LES MISSIONS DU SERVICE CIVIQUE !!



Le Comité Départemental Olympique et Sportif (CDOS) est agréé au titre du Service Civique, il peut donc accueillir des volontaires pour des missions d'intérêt général.

La mission que propose le CDOS sur Paris serait un travail plus administratif que d'animation. Elle consisterait en une aide au fonctionnement du dispositif et de la mise en œuvre d'éléments statistiques sur les cotisations des associations.

Si vous connaissez, dans vos associations ou vos clubs, des jeunes intéressés par ce type de mission vous pouvez contacter le CDOS pour de plus amples renseignements.

*cdosparis@laposte.net*

## MAX DE MENACE !!

### Les menaces abusives du ministère des sports :

Le 16/09/2011, son directeur des sports informe la FSGT de sa décision de ne pas solder la subvention de la convention d'objectifs pour 2011. Il demande également de fournir les fichiers des licenciés des clubs avec la date de naissance, l'adresse complète et le type d'adhésion. En cas de refus, il menace de résilier la convention dans un délai de 3 mois. Avoir les fichiers des grandes fédérations, d'après le ministère, a pour but d'établir des données statistiques afin de procéder à des diagnostics ?!

Le principal argument de notre fédération à ce refus d'obtempérer, touche à l'éthique et au juridique, liés à la transmission de données confidentielles sans autorisation de les donner.

La FSGT souhaitait pouvoir informer l'ensemble de ses adhérents sur cette pratique. Des conseils ont été demandés à la CNIL. Plusieurs échanges par courrier entre le ministère et la fédération ont eu lieu. Le 11/10/2011, la FSGT a adressé une lettre au directeur des sports où il est écrit notamment : « *Nous pensons qu'au vu des éléments [...] vous reviendrez sur votre positionnement [...] notre position n'étant en effet nullement une remise en cause [...] de la convention mais résultant du simple respect de la législation en vigueur ...* ». Dernière minute: la FSGT est reçue par le ministère le 31 octobre prochain.

Une pétition est en ligne sur <http://www.petitionpublique.fr/?pi=P2011N15463>



## AVOIR UNE BELLE IMAGE !



La cérémonie de remise du **CHALLENGE DES LAURÉATS DE LA VIE ASSOCIATIVE « Raymond SAUVÉ »** aura lieu le **mardi 8 novembre 2011** à 19h30 au siège du comité de Paris au 35, avenue de Flandre Paris 19<sup>ème</sup>. Cette récompense honore les équipes de football qui ont eu, sur et hors du terrain, tant sportive qu'administrative, une attitude exemplaire tout au long de la saison.

Cette première initiative a pour but de redonner au football FSGT une image meilleure que celle trop souvent constatée ailleurs !

Pour la saison 2010/2011, les lauréats sont : UASG – AS de Fanchon et Coloplast. Une mention spéciale sera décernée à l'équipe « Dynamo Galettes Saucisses », la seule équipe à n'avoir reçu aucune pénalité dans l'année.

L'ensemble des responsables des équipes évoluant dans toutes les compétitions organisées par le comité de Paris sont invités à assister à cette sympathique manifestation.

## TRAVAIL - COMITÉ - FRATRIE !!

Les membres du comité directeur ont décidé de se retrouver, sur toute une journée, pour réfléchir et échanger sur le fonctionnement global du comité. Le but est de se fixer des objectifs de développement et faire que nos structures soient encore mieux adaptées au monde qui évolue.

La journée sera élargie aux membres des commissions sportives et aux responsables de clubs du comité. Des intervenants extérieurs seront invités pour animer et apporter leurs expériences.

Cette réunion se déroulera le **samedi 19 novembre 2011** dans les locaux de la CCAS « Nelson Mandela » à St Denis (93).

Contact : [sg@fsgt.org](mailto:sg@fsgt.org)





## UNE CLÉ (USB) POUR GAGNER !

Les 17 membres d'un club de foot à 7 de la FSGT (comité 92) - le Football Club USB - ont eu une idée plutôt originale. A chaque but inscrit, le club s'est engagé à reverser 5 € à « Sport sans frontière », une association de solidarité internationale qui utilise le sport comme un outil éducatif, thérapeutique et de sensibilisation. Cet argent est prélevé directement sur le compte du club. En début de saison, les joueurs ont tous accepté de doubler leur cotisation (environ 100 €). La saison dernière le FC USB a marqué 75 buts en championnat et a pour objectif de monter de division.



Preuve, s'il en était, que ce geste altruiste n'obère pas la motivation. Ils espèrent même que cette initiative encouragera d'autres équipes à prolonger cette belle initiative. Cette dernière leur a valu un article dans le magazine « France Football ».

## A VOS PLUMES !!



La commission **BADMINTON** a organisé en octobre dernier, une rencontre découverte, renommée pour l'occasion « funminton ». Cette initiative a bien rempli son rôle en accueillant de nouveaux joueurs tout en conservant nos valeurs : le plaisir de jouer ensemble et permettre à chacun de jouer un maximum de rencontres. Des innovations ont d'abord décontenancé puis amusé tout le monde comme des filets opaques et une mise aux enchères de joueurs. La convivialité a nettement primé sur l'esprit de compétition. Il y eu des vainqueurs mais aucun perdant !

Le prochain tournoi de simples messieurs/dames est prévu le **samedi 19 novembre 2011** de 13h 30 à 18h dans le gymnase des Poissonniers au 8, rue Jean Cocteau 75018 Paris.

*En savoir plus : bad75.fr*

## LE DEVOIR D'UN EXAMEN ?!

Les activités sportives sont réglementées par le code du Sport, notamment dans le but d'assurer la santé de l'ensemble des sportifs. **L'obtention d'une licence sportive est conditionnée par la présentation d'un certificat médical attestant de l'absence de non contre-indication à l'exercice de l'activité physique concernée.** Cette règle vaut pour la pratique de tous les sports, elle est même renforcée pour certains d'entre eux.

L'examen médical peut être effectué par un généraliste ou par tout autre spécialiste de la santé. Le document délivré ne confère pas au patient une certitude d'être à l'abri de tous les risques pathologiques liés à son activité sportive. Le certificat médical ne peut pas indiquer une aptitude générale au sport, il certifie l'absence de contre-indication à la pratique de tels ou tels sports spécifiquement identifiés.



**Un conseil de lecture :**

<http://www.sofoot.com/la-guerre-des-foots-aura-t-elle-lieu-148876.html>

## 25 ANS DU TENNIS DE TABLE FSGT13



## CELLULOÏD SUR LES CUISSES ?!

Si vous passez dans la région à cette époque, n'hésitez-pas ! Si vous avez des amis intéressés par cette sympathique initiative de nos amis du 13, informez-les !

Ce tournoi de **TENNIS de TABLE** est ouvert à tous, même aux joueurs d'antan ... et à ceux d'aujourd'hui, dans la joie et la convivialité :

**Vendredi 11 novembre 2011** à partir de 9h 30  
Salle Charrel à Aubagne (13)

Participation = 3 € par personne – En savoir plus : [www.fsgt13.fr](http://www.fsgt13.fr)

## TOMBE LA NEIGE !

Comme à chaque hiver, la FSGT propose des tarifs préférentiels pour les forfaits des remontées mécaniques. Sur la simple présentation de votre licence FSGT vous pouvez bénéficier de ces avantages dans un certain nombre de stations de ski en France. La liste dans le prochain TVS.



## DES BÂTONS POUR LE SPORT ?!

Dans le cadre de l'espace - **LE SPORT EST UN DROIT** - la FSGT invite à une rencontre-débat avec pour thème : « *La place de l'EPS et du sport scolaire dans un service public du sport refondé* ».

**Samedi 19 novembre 2011** de 9h 30 à 13h -SNEP – 76 , rue des Rondeaux 75020 Paris

Contact : 01 44 62 82 10

## Sport, santé et préparation physique : L'ETIREMENT (2)

### **Ce que l'on sait aujourd'hui :**

Contrairement à ce que l'on pense un muscle soumis trop longtemps à un étirement (30" à 1mn 30) subirait une régression de ses capacités de force et de vitesse. L'étirement prolongé diminue la tension musculaire mais provoque aussi une sorte d'anesthésie qui modifie le seuil de perception de la douleur. Les étirements réalisés à l'échauffement n'auraient pas d'impact sur la prévention des blessures. Pour autant, les étirements à l'échauffement restent nécessaires pour retrouver les amplitudes gestuelles spécifiques à l'activité pratiquée et pour favoriser la récupération après l'effort.

Alors, pour profiter pleinement de l'action des étirements, à chaque objectif il convient de bien adapter sa technique.

### **La récupération :**

Après un effort particulièrement éprouvant, il faut mettre ses muscles en position d'allongement pour favoriser la circulation et le drainage. Il convient également de garder les positions d'allongement, non extrêmes, environ une minute.

### **La souplesse :**

Pour améliorer sa flexibilité musculaire et articulaire, il est conseillé de pratiquer plutôt en fin d'entraînement et en travaillant seul ou à deux des étirements passifs dans un local bien chauffé (le froid raidit le muscle). On utilise les techniques de contracté/relâché - soit 5" de contraction puis 15" d'étirement 4 fois de suite.

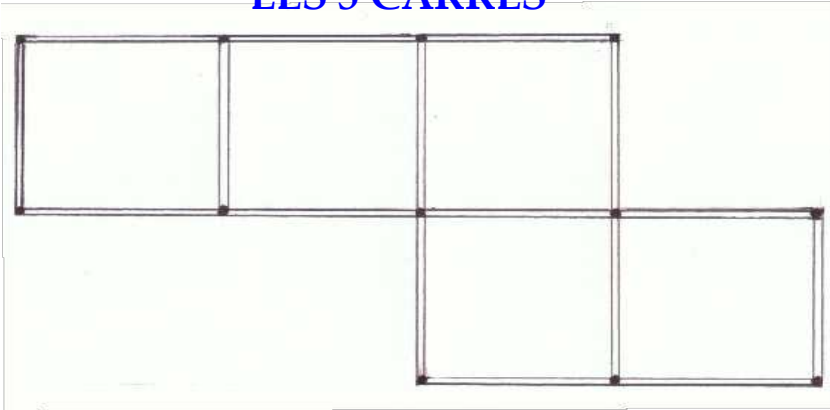


A suivre ....

Source : la revue « Sport, Santé, et Préparation Physique »



## LES 5 CARRÉS



Sur cette figure, il y a cinq carrés. Pouvez-vous, en ne déplaçant que deux allumettes, former quatre carrés ?

## LES BONS NUMÉROS !

Si ce n'est pas déjà fait, vous avez la possibilité de commander ou de vous abonner à « **SPORT ET PLEIN AIR** », le journal du sport populaire et de la FSGT.

- 3 € l'exemplaire ou 2 € pour 10 exemplaires achetés.
- 25 € l'abonnement d'un an ou 44 € pour deux ans.

*Bon de commande à demander au secrétariat du comité*

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

## POSTE DE LA VILLETTE !

L'Association de Prévention du Site de la Villette (APSV) recherche un(e) stagiaire comme assistant(e) à la coordination du plan d'action de lutte contre les discriminations à l'emploi. Le profil du poste concerne un(e) étudiant(e) avec une formation universitaire ou d'une grande école en sciences sociales (Bac + 4 minimum).

L'envoi des candidatures uniquement par courriel avec CV (sans photo, ni mentions personnelles) + lettre de motivation.

[stageapsv@gmail.com](mailto:stageapsv@gmail.com)



## HORAIRES D'OUVERTURE DU COMITÉ

*Du 17 octobre 2011 au 30 juin 2012 :*

Lundi et vendredi de 14h à 17h  
Mardi de 9h à 12h et de 14h à 19h  
Mercredi et jeudi de 14h à 18h

## BAROMÈTRE

octobre

Au 27 octobre 2011 : 389 clubs affiliés et 9712 adhérents.  
Soit + 110 licenciés de plus par rapport au 31/10/2010

## LA PETITE BALLE JAUNE ÉTAIT ...



## COMITE DE PARIS FSGT

35, avenue de Flandre  
75019 PARIS

Téléphone : 01 40 35 18 49

Courriel : [accueil@fsgt75.org](mailto:accueil@fsgt75.org)

[www.fsgt75.org](http://www.fsgt75.org)