



# RAPPORT D'ACTIVITES 2014

Union Française des Œuvres Laïques d'Éducation Physique

119 rue Pierre Séward 93000 BOBIGNY -

Tél. 01 48 96 25 25 - Fax. 01.48.32.34.99 – [www.fol93.org](http://www.fol93.org) [www.ufolep-idf.org/](http://www.ufolep-idf.org/) courriel : [fol93.ufolep93@orange.fr](mailto:fol93.ufolep93@orange.fr)

Association régie par la loi du 1er juillet 1901 - N° SIREN 398 901 454 Code APE 9312 Z

Fédération sportive de

la ligue de  
l'enseignement

un avenir par l'éducation populaire

Les objectifs généraux présentés dans le Plan National de Développement 2014-2016 de l'UFOLEP, proposent de poursuivre et d'amplifier les affirmations et mise en pratique d'un projet sportif d'éducation populaire au sein de la Ligue de l'enseignement.

Par une multiplicité de propositions de loisirs sportifs, de l'initiation à une compétition respectueuse des différences, ouverte à tous, facteur de bien être actif et de lien social, notre conception du sport va de la saine détente, jusqu'à la compétition si cette dernière est formatrice, amicale, désintéressée et respectueuse de la santé des pratiquants, illustrant sa devise « Tout les sports autrement ».

Reconnue dans son rôle éducatif, l'UFOLEP renforce son investissement dans les projets sociétaux. Elle organise son action sur deux champs d'intervention :

### « sport et éducation » et « sport et société »

**L'UFOLEP 93** s'inscrit dans ces deux champs d'intervention. Toutefois, au regard de la sociologie de la population du département, des analyses sur la pratique sportive et du nombres de licenciés nous mobilisons les énergies possibles autour du champ d'intervention « sport et société » en utilisant notre vision des Activités Physiques et Sportives comme moyen d'action. L'approche sportive que nous proposons participe à la construction de l'autonomie et la prise d'initiative des individus. Elle contribue à la formation des sportifs et citoyens de demain.

Nous proposons de prendre en compte dans une démarche d'éducation populaire ancrée dans le champs de l'économie sociale et solidaire, l'ensemble des temps de vie des publics et cela aux deux extrémités de la vie de la petite enfance aux seniors. Pour autant cette volonté affichée prendra sens et matérialité en fonction des moyens que nous serons en capacité de mobiliser. En créant les conditions d'élargir nos interventions en direction de ces nouveaux publics, nous poursuivons et amplifions le travail engagé ces dernières années en direction des enfants et des jeunes des territoires urbains sur les temps de vacances pour les amener à découvrir des sports émergents et le travail en direction des femmes avec ce que nous avons commencé à initier en lien avec le comité régional UFOLEP Île de France à Aubervilliers.

Pour conduire son projet, l'UFOLEP 93 a poursuivi la mobilisation des personnels de la Ligue de l'enseignement-FOL 93 et a embauchée une personne sur un contrat à durée déterminée du 1er juillet au 30 juin 2015. En effet, le développement du projet de l'UFOLEP nécessite des moyens salariés en propres tout en continuant à mobiliser ceux de la Ligue de l'enseignement-FOL 93 qui sont refacturés au comité UFOLEP 93 comme il se doit.

## Sport et éducation

Accueillir tous les publics dans une pratique de loisir et de compétition et développer le multi-activités.

### Le nombre d'association affiliées sur les trois dernières saisons

	EFFECTIF ASSOCIATION		
	2012	2013	2014
Associations	20	18	17

Le nombre d'association affiliée restent faible au sein de la fédération. Entre 2012 et 2014, 6 associations cyclosports ne se sont pas réaffiliées.

### Évolution des licences sur les trois dernières saisons

Toutefois, les effectifs licenciés restent plus stable avec plus d'enfants et des jeunes permettant de compenser l'érosion des licenciés adultes essentiellement en cyclosport

	Saison		
	2012	2013	2014
Licenciés			
Enfant	137	151	137
Jeunes	38	62	72
Adultes	370	316	322
Total général	545	529	531

### Les disciplines rassemblant le plus de pratiquants

	2012	2013	2014
Gym entretien	80	69	77
Cyclosport	175	135	135
VTT Enfants/jeu	20	20	21
Badminton	60	62	60
Gym artistique	163	206	204

Le tableau des activités regroupant les plus de licenciés laissent apparaître que les activités ou la pratique compétitive est également présente restent celles ou nous avons le plus de licenciés. L'activité Gym d'entretien, Badminton et Gymnastique artistique sont pratiquées dans un seul club affilié à l'UFOLEP.

Sur le département de la Seine Saint Denis, l'UFOLEP regroupe essentiellement des pratiques sportives individuelle. Une part importante de ces pratiques sont tournées sur le loisirs et la rencontre entre les membres. Nous avons du côté de la Gymnastique enfants plusieurs équipes qui participent aux compétitions inter-départementales, régionales et quelques unes en nationales, une pratique est également développée vers le baby Gym.

Fédération multisports, nous favorisons le développement de la pratique sportive en créant les conditions pour rassembler au sein de Commissions Techniques Départementales (CTD) les acteurs associatifs d'une même discipline pour conduire des projets rassemblant les licenciés autour de la pratique. Lorsque la discipline n'est pas suffisamment développée en Seine Saint Denis les associations peuvent participer à des commissions technique et/ou des rencontres interdépartementales ou régionales. C'est le cas de la section du club de Gymnastique artistique qui participe directement à des inter-départementaux avant les phases inter-régionale et pour certaines équipes les phases nationales. Il est important de saluer l'implication du club dans la formation de ces cadres et leurs participation aux formations régionales.

Avec les associations développant la pratique des activités cyclistes, nous poursuivons la mise en réseau par l'organisation du challenge cycloclub avec un soutien sur les aspects liés à la sécurisation des courses ainsi que l'organisation du championnat départemental et l'organisation du trophée coureur. Au fil du temps comme évoqué précédemment les effectifs coureurs diminuent y compris les compétiteurs et une réflexion est actuellement en cours pour imaginer d'autre piste de développement et d'émulation de la pratique que cela soit autour d'interdépartementaux mais pourquoi pas d'un challenge inter-départemental avec les comités inscrits dans le futur périmètre du Grand Paris.

La CTD activités cyclistes s'est réunie à 8 reprises sur l'année 2014 entre février et novembre 2014 à l'exception de juillet et août. Les commissions ont lieu en générale le troisième mercredi du mois au siège de l'UFOLEP.

Au cours de ces commissions nous travaillons à la fois à permettre à chacun de pouvoir courir au mieux dans sa catégorie, organisons le calendrier départemental, organisons le départemental, définissons les courses supports pour les sélections aux régionaux et nationaux.

La commission travaille sur le challenge coureur et club afin de créer de l'émulation et permettre de prendre en compte la participation de chacun.

Elle arrête le calendrier de la saison et participe à hauteur de 300 € maximum aux frais de sécurisation des courses ( poste de secours, signaleurs ).

La soirée de remise des trophées coureurs et clubs n'a pu se tenir en fin d'année faute de salle. Celle-ci s'est déroulée le vendredi 6 février 2015 dans les locaux de l'ACCTB Sevran.

Environ 180 licenciés pas tous de Seine Saint Denis, ont participé aux différentes courses du challenge dont 80 coureurs licenciés dans un club du département. 40 licenciés ont été classés dans le cadre du challenge. Ceux – ci étaient issus de 7 clubs différents.

8 licenciés dont un jeune ont participé au national de SAOUEL le 4/07/2014.

Les courses se sont déroulées aux dates et lieux suivants :

- 27 juin à Dugny aire des vents
- 24 août à Douy la Ramée
- 31 août Villeparisis
- 12 octobre à Montgé en Goële
- 19 octobre à Sevran

## SPORT ET SOCIETE

Amener à la pratique sportive de nouveaux publics dans un objectif de bien être actif.

Depuis maintenant plusieurs années, l'UFOLEP 93 a repris les actions autour d'un des axe de notre fédération multisport affinitaire intitulé " sport et société". Par ce champs d'intervention, il s'agit pour notre fédération d'affirmer notre volonté d'amener à la pratique sportive de nouveaux publics dans un objectif de bien être actif et de renforcer nos engagements en direction des publics éloignés que sont les jeunes, les femmes avec l'ambition d'un sport pour tous et avec tous.

Cette volonté s'inscrit en transversalité avec la ligue de l'enseignement-FOL93 notamment dans sa dimension autour du renforcement de l'accès à l'éducation par le sport en direction de tous les publics y compris les personnes sédentaires ou en difficultés sociales et sur tous les territoires en intégrant des questions sociales telles que le développement durable, le handicap, le vivre ensemble ou la santé et cela chaque fois que possible en s'appuyant sur le réseau de la ligue de l'enseignement et de l'UFOLEP pour rendre lisible le réseau sur le territoire.

Notre conception et pratique des activités physiques et sportives contribuent au mieux être individuel et collectif comme à l'éducation tout au long de la vie. Le sport occupe une place importante dans le champ de l'économie sociale et solidaire, de l'emploi comme dans celui de l'aménagement des territoires. A l'échelle des agglomérations le sport doit y trouver sa place dans un projet de territoire et l'UFOLEP pouvoir y prendre part.

Aussi, sur la base de nos expériences passées et dans la perspective d'amplifier celles-ci, dans les années à venir, en 2014, l'UFOLEP 93 a poursuivi ces interventions sur le parc interdépartemental de Marville par l'animation d'atelier et l'organisation d'une étape du PLAYA TOUR sur deux lieux :

- 3 Jours au parc interdépartemental de Marville
- 2 jours sur le parc départemental Georges VALBON.

Notre intervention sur ces deux lieux à permis de tisser des passerelles avec les ressources exceptionnelles de ce territoire et les différents acteurs.

Notre expérience d'évidement sportif ouvert à tous articuler à notre manière de faire nous a permis de pouvoir construire un partenariat encore plus important avec le parc interdépartemental. En effet, au travers d'une vision et d'une ambition partagée, il nous a semblé important de nous associer pour, au delà de l'animation d'ateliers et de l'accueil d'une étape du PLAYA TOUR, de pouvoir participer à la co-construction, la mise en œuvre et la co-coordination des deux mois d'été. Via la mise à disposition d'un personnel de la Ligue de l'enseignement-FOL 93 et de la salariée de l'UFOLEP.

Dans le même temps, l'UFOLEP a souhaité pouvoir s'investir sur de nouveaux lieux. Ainsi sur l'été nous sommes également intervenus sur le parc départemental de la Motte à BOBIGNY.

Les animations proposer sur les différents sites durant l'été :

- **Sensi'handi** : Animation de sensibilisation au handicap. Cette animation est conçue en deux temps ; un temps de jeu et un temps de débat. A travers les jeux proposés, nous permettons aux enfants de se questionner sur le handicap. Il s'agit de faire émerger les stéréotypes et d'en débattre en groupe. Nous abordons également le handisport et le sport adapté à travers les différentes pratiques sportives possibles suivant le handicap de la personnes (ceci-foot, basket fauteuil...)
- **Jeux de coopérations** : Animation qui, à travers des jeux, permet aux enfants d'expérimenter le faire ensemble et la prise de décision commune. En partenariat avec la ligue de l'enseignement-FOL93, nous avons développé des animations à partir d'outils comme le crayon coopératif, la bande coopérative et le parachute. Ces jeux demandent la participation de tous les enfants pour arriver au but commun. Pendant l'atelier les enfants sont amenés à prendre des décisions et à élaborer des stratégies collectives.
- **Sports émergents** : Initiation au kinball et Tchoukball. Le Kinball est un sport qui se joue avec un ballon d'1m20 de diamètre, le but est de récupérer la balle avant qu'elle ne touche le sol. Le Tchoukball est un sport de coopération suisse, où le gardien est remplacé par des trampolines. L'entrée dans ces activités ne nécessitent pas de bagage technique préalable, ni de qualités physiques importantes, elles sont accessibles à tous quelque soit sa corpulence. Elles permettent de développer les habiletés motrices, et à travers les règles de jeu, sensibilisent les enfants au fair play et à l'entraide.
- **Initiation au secourisme** : Animation qui sensibilise les enfants aux premiers secours. A l'aide d'un photo langage, nous commençons par prendre en compte les connaissances du groupe ; puis nous proposons soit :
  - l'apprentissage de la PLS (enfants de 6-9 ans)
  - l'apprentissage du massage cardiaque ( enfants à partir de 10 ans).L'atelier est animé par un formateur PSC-1 (premier secours civique de niveau 1).

Ci après quelques éléments de synthèses sur les actions réalisées.

**Ateliers multi-sports La Courneuve, Parc des sports de Marville :**

Pour mener à bien nos objectifs, nous avons diversifier nos ateliers. Les activités mises en place permettaient aux enfants de découvrir de nouvelles pratiques. L'approche sportive était non compétitive et faisait appelle à d'autres logiques que celles présentes dans les sports collectifs traditionnels ; notamment en évitant la confrontation direct avec son adversaire, les rôles sont redistribués. Les règles de jeux, souvent méconnus des enfants et des adolescents, favorisent de nouveaux apprentissages et induisent des comportements différents (entraide, concertation, ...)

Nous avons également développé des animations qui se servent de l'activité comme un outil de débat (libre expression des enfants dans le respect des uns et des autres.) A travers ces animations, nous développons des thématiques comme la coopération et le handicap.



**Fréquentation des ateliers :**

	journées d'interventions	nombres d'enfants
<b>Sensi-handi</b>	<b>9</b>	<b>260</b>
<b>Secourisme</b>	<b>9</b>	<b>185</b>
<b>Sports émergents</b>	<b>5</b>	<b>110</b>
<b>TOTAL</b>	<b>23</b>	<b>555</b>

**Répartition par type de public :**

indiv	groupe
49	506
<b>555</b>	

filles	garçons
264	291
<b>555</b>	

6-12 ans	13-16 ans
528	27
<b>555</b>	

Nous avons touché 555 enfants, 48% de filles et 52% de garçons. La majorité de notre public est constituée de groupe (ALSH, espace jeunes, services des sports...)

**Playa Tour :**

Le projet Playa Tour a été organisé durant l'année 2014, de janvier à juin par le délégué UFOLEP 93 et les salariés de la ligue de l'enseignement-FOL 93.

Dans un premier temps, nous avons communiqué à nos partenaires le projet, pour qu'ils puissent voir de quelles manières s'y investir.

Nous avons reconduit les partenariats de l'année précédente :

- SIPS 75-93
- Alcool Assistance
- La ligue de l'enseignement-FOL 93 dont Lire et faire Lire
- Ligue des jeux de dames

Et créé de nouveaux :

- PIK PIK Environnement
- Association musculation urbaine 93
- Parc départemental Georges Valbon : plusieurs rencontres et réunions ont permis de construire ce partenariat. Nous avons finalement, mis en place et animé le Playa Tour au parc pendant 2 jours ; un animateur nature est intervenu sur l'événement pour proposer une animation autour de la flore et de la faune présentes sur le lieu.

Fédération sportive de

la **ligue de  
l'enseignement**

un avenir par l'éducation populaire

Union Française des Œuvres Laïques d'Éducation Physique

119 rue Pierre Sémard 93000 BOBIGNY -

Tél. 01 48 96 25 25 - Fax. 01.48.32.34.99 – [www.fol93.org](http://www.fol93.org) [www.ufolep-idf.org/](http://www.ufolep-idf.org/) courriel : [fol93.ufolep93@orange.fr](mailto:fol93.ufolep93@orange.fr)

Association régie par la loi du 1er juillet 1901 - N° SIREN 398 901 454 Code APE 9312 Z

Pour l'événement, nous avons mis en place une communication plus importante que les années précédentes. En créant un agenda de toutes les structures (centres sociaux, services jeunesse, service des sports, accueil de loisirs...) nous avons pu diffuser un flyer ainsi qu'un programme de l'événement. Grâce au partenariat avec le parc départemental Georges Valbon, nous avons également diffusé l'information aux familles.

Les activités proposées :

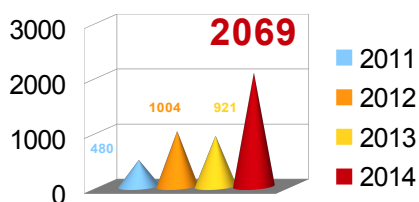
- Pôle 3-6 ans : motricité, contes, jeux coopératifs, massage-relaxation.
- Pôle loisirs:jeux de dames, grands jeux en bois, palnéolithique, jonglage.
- Pôle sports individuelles : raquettes, athlétisme, musculation urbaine, LIA-STEP.
- Pôle sports collectifs : hockey, kin ball, rugby, handball, ultimate.
- Pôle sensibilisation: sensi'handi, alcool assistance, sensibilisation au développement durable.
- Pôle beach : sandball, thèque, beach volley, beach rugby.

Au total, ce sont 34 personnes, bénévoles ou salariés qui sont intervenus lors de l'événement.

#### **FREQUENTATION :**

	PARC DES SPORTS – MARVILLE			PARC GEORGE VALBON		
	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	TOTAL
GROUPES	304	443	414	544	252	1957
INDIVIDUELS	/	11	13	48	40	112
TOTAL	304	454	427	592	292	
Total par Parc	1185			884		
TOTAL GENERAL				2069		

#### **EVOLUTION :**





**MIXITE ENFANTS :**

	<b>PARC DES SPORTS – MARVILLE</b>			<b>PARC GEORGE VALBON</b>		
	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	TOTAL
GARÇONS	141	211	192	277	129	950
FILLES	131	183	173	222	118	827
<b>TOTAL</b>	<b>272</b>	<b>394</b>	<b>365</b>	<b>499</b>	<b>247</b>	<b>1777</b>

**TRANCHE D'AGE :**

	<b>PARC DES SPORTS – MARVILLE</b>			<b>PARC GEORGE VALBON</b>		
	lundi	mardi	mercredi	jeudi	vendredi	TOTAL
3 - 6 ans	48	96	101	103	117	465
7 - 12 ans	198	275	257	395	127	1252
13 – 18 ans	26	23	7	1	3	60
ADULTES	32	60	62	93	45	292
<b>TOTAL</b>	<b>304</b>	<b>454</b>	<b>427</b>	<b>592</b>	<b>292</b>	<b>2069</b>

2069 personnes ont participé aux activités organisées durant le Playa Tour, en majorité des groupes, provenant de 70 structures différentes. 86% proviennent de Seine-Saint-Denis.

Par rapport à l'année précédente, nous avons une augmentation de la fréquentation de **124%**.

60% des enfants ont entre 7 et 12 ans. Et pour la première année, nous avons pu proposer les activités aux groupes de maternelle avec 23% de 3 – 6 ans.

Nous avons constaté une meilleur mixité qu'en 2013 avec 53% de garçons et 47% de filles.

Pour l'année 2014, nous avons comme objectif d'augmenter la fréquentation en communiquant plus largement sur le projet Playa Tour. Nous avons repensé nos outils de communication (affiche, flyer...) et proposé le projet à un plus grand nombre de structures accueillant du public.

Les nouveaux partenariats nous ont également permis d'étoffer le nombre d'activités proposées et d'attirer un nouveau public. La diversité des activités était l'un de nos objectifs, et elle a été très appréciée par le public ; notamment le fait de ne pas proposer uniquement des activités sportives (pôle loisirs) et d'avoir des activités plus calme (lecture de contes, grand jeux en bois, jeux de dames...)

Il nous semblait également nécessaire de multiplier les actions de développement durable. A ce titre, nous avons mis en place le tri sélectif sur l'événement et privilégié la vaisselle recyclable. Une association d'éducation à l'environnement est intervenue pour animer des jeux autour des déchets et de la consommation d'eau. L'animateur nature du parc paysager a également contribué à sensibiliser les groupes sur la faune et la flore présente au parc paysager Georges Valbon.

Nous avons constaté un retour très positif de la part des groupes sur la qualité et la diversité des animations proposées. Le partenariat avec le parc départemental Georges Valbon, nous a également permis d'attirer le public des familles qui passaient l'après-midi au parc. Nous constatons qu'elles sont trois fois plus nombreuses à participer aux animations au parc Georges Valbon qu'au parc des sports de Marville.

#### Animation pole sportif et de loisirs Parc départemental de la Motte

##### Nombres d'ateliers animés :

Sensi – handi	coopération	secourisme	sports émergents
12	16	6	14
48			

##### Répartition public :

filles	garçons
256	289
545	

6-12 ans	13-16 ans
507	38
545	

Les éducateurs de l'UFOLEP 93 sont intervenus sur le site de Bobigny entre le 7 et 18 juillet et du 28 Juillet au 15 Août 2014, soit pendant 20 jours d'animations. Le matin un atelier de 2h et l'après midi deux ateliers (environ 1h30 chacun). Sur les 60 ateliers prévus seulement 48 ont eu lieu suite à de nombreux groupes ne se sont pas présentés. 545 enfants soit 53% de garçons et 47% de filles ont participé aux ateliers. Nos groupes étaient uniquement constitués d'enfants ou adolescents appartenant à des structures de loisirs (espaces jeunes, ALSH, centres sociaux...) et accompagnés d'animateurs.

## **ACTION SPORT-SANTÉ**

Au travers de ce projet, nous voulons que :

- permettre aux personnes bénéficiaires d'aide alimentaire d'accéder à des ateliers d'activités physiques et de conseils nutritionnels.
- Proposer une approche sportive favorisant le bien être et l'épanouissement personnel.
- Favoriser la création de liens sociaux.
- Permettre au travers des ateliers proposés de retrouver et/ ou renforcer l'estime de soi.

Dans le cadre de ses actions envers les publics éloignés de la pratique sportive, l'UFOLEP 93 a conventionné avec l'association EPICEAS, épicerie sociale et solidaire d'Aubervilliers, pour l'animation de 6 séances d'ateliers sport-santé. L'idée était de pouvoir proposer une activité physique adaptée suivie d'une sensibilisation à la nutrition.

Après une phase de rencontre et de présentation du projet, EPICEAS, en lien avec les travailleurs sociaux de la ville d'Aubervilliers, s'est chargée de relayer l'information auprès des personnes intéressées par l'action. Nous avons ensuite rencontré les personnes lors d'une réunion de présentation, ce fut un temps de présentation et d'échange sur leurs habitudes en terme d'activités physiques (aucune ne pratiquaient une activité physique régulière). Nous avons également abordé les points pratiques des séances (tenue la plus adaptée, lieu de pratique, horaires) et sonder les participantes sur leurs envies en terme d'activités physiques (gymnastique d'entretien, renforcement musculaire et stretching sont les principales propositions).

Les séances sport - santé se sont déroulées du 5 mai au 16 Juin 2014, chaque lundi matin de 9h30 à 11h, dans une salle du centre nautique municipal d'Aubervilliers (1, rue Edouard Poisson). Au cours de celles-ci, nous avons proposées les activités suivantes :

- circuit training
- renforcement musculaire
- jeux de motricités
- atelier équilibre
- parcours cardiovasculaire
- activité chorégraphiée

Les ateliers proposés étaient adaptés à chacune et permettaient de travailler la coordination, la souplesse, l'équilibre, la force et l'endurance.

Pour l'animation nutrition, nous organisons une discussion sur les habitudes alimentaires, et à travers les familles d'aliments nous échangeons sur les bénéfices et apports de ceux-ci.

Afin de prendre en compte les « problèmes physiques » des participantes, nous leur avons distribué une planche d'anatomie sur laquelle, elles devaient entourer les endroits où elles avaient des douleurs (petite, moyenne ou forte.) Les douleurs physiques étaient localisées au niveau des articulations (poignets, genoux et chevilles), du dos et du ventre. Nous avons donc pris en compte ces paramètres, afin d'adapter les positions et corriger les postures. Nous proposons également un temps de relaxation, très appréciée des femmes, pour évacuer les tensions et « crispations » corporelles.

Nous avons pu constater que les femmes avaient le même niveau de pratique, nous remarquons des difficultés notamment en endurance et liées aux articulations (flexion du genoux, fragilité des chevilles). Le poids et les douleurs corporels ne facilitent pas ces déplacements.

**Fédération sportive de**

**la ligue de  
l'enseignement**

**un avenir par l'éducation populaire**

10 femmes ont suivi les séances, 9 habitantes d'Aubervilliers et 1 de Bondy. La tranche d'âge oscillait de 29 à 58 ans. 2 femmes ont moins de 30 ans, 3 ont entre 30 et 40 ans, 4 ont entre 40 et 50 ans et 1 a plus de 50 ans.

Nous avons effectué, avec les participantes, une séance bilan permettant de faire le point sur leurs motivations pour participer aux ateliers. Elles nous ont fait part du besoin de rencontrer d'autres personnes et de pouvoir échanger. La sensibilisation sur la nutrition en fin de séance était un temps d'échange et propice à la convivialité. Ce temps était très apprécié des participantes. Nous avons également pu observer les liens qui pouvaient se faire entre les participantes au fil des séances. Lors du bilan, elles nous ont évoqué comme principales motivations : la rencontre avec les autres et le bien-être. Plusieurs femmes ont pu constater les bénéfices de la pratique sportive sur leurs sommeil ou tout simplement le fait de « se sentir mieux » après la séance.

Pour pouvoir mener à bien nos objectifs en lien avec la création de liens sociaux, nous avons mis en place un cadre de pratique facilitant les échanges (exercice en binômes, échauffement collectif, petits jeux de coopération...) et installer des temps de convivialités autour d'une collation.

Au début du cycle, lors de nos discussions, les femmes reliées toutes, l'activité physique à des « tâches domestiques » : faire le ménage, monter les courses, récupérer les enfants à l'école... A travers les ateliers, elles pouvaient pratiquer une activité physique juste pour elles.

Nous avons constaté que la majorité des femmes souhaitent continuer une activité physique régulière. Néanmoins, la recherche d'une association sportive et les démarches qui s'en suivent leur paraissent trop compliquées à effectuer.

Le coût financier lié à la pratique d'une activité régulière reste un frein important. Les activités aquatiques et gymniques font l'objet d'une forte demande.

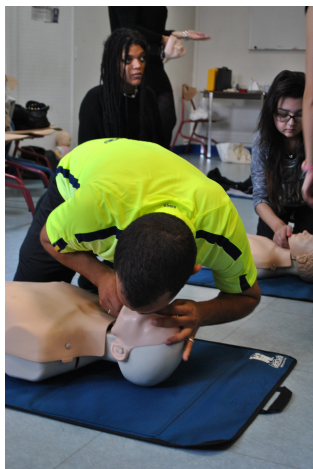
## **Raid sportif avec le comité Régional UFOLEP IDF**

### **Raidy To Go**

Raidy To Go est un raid multisports éco-citoyen réservé aux 15-17 ans. Par équipe de 5 jeunes et d'un animateur, les groupes découvrent, à travers un parcours itinérant (VTT, canoë, course à pied, run and bike...) le patrimoine culturel et naturel de l'Île de France. Les activités de pleine nature sont mises à l'honneur mais la performance sportive n'est pas la seule à être valorisée. Fairplay, mixité, solidarité et entraide sont pris en compte pour valoriser les équipes. Pour la deuxième année, l'UFOLEP 93 a accueilli une étape du raid au camping municipal de Neuilly sur Marne le lundi 7 juillet au soir le lendemain ils ont pu participer à une course d'orientation au parc de la Haute Île avant de partir en VTT vers le parc de Tremblay.



Malheureusement, aucune des équipes inscrites sur ce Raid n'était de Seine Saint Denis.



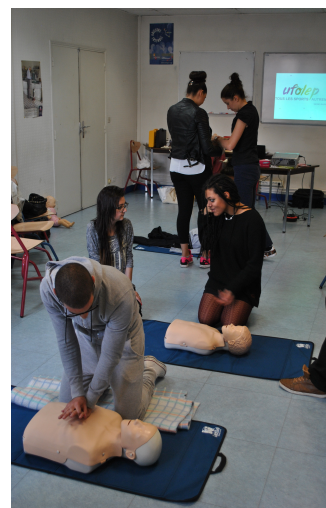
### PSC-1 : Prévention et secours civique de niveau 1

La pratique sportive et l'engagement dans la vie associative sont pour notre fédération un support à la culture de l'entraide, au respect de l'autre au développement des solidarités. Dans une société où le risque est présent au quotidien, seulement 40 % de la population est formé aux premiers secours.

Pour la deuxième année, l'UFOLEP 93 forme tout public à partir de 10 ans aux gestes de premiers secours.

Sur l'année 2014 plusieurs sessions de formations ont eu lieu

Nombres de sessions organisées	Nombres de personnes inscrites	Nombres de certificats PSC-1 délivrés
6 formations pour des animateurs dans le cadre des TAP 2 formations avec un centre social pour des personnes en apprentissage du Français 1 formation pour des personnes de la micro crèche de SFM Montreuil 1 formation pour les personnel de la Ligue de l'enseignement-FOL 93 intervenants sur les rythmes éducatifs	<b>79</b>	<b>79</b>



Face à ces besoins, nous aurons à mobiliser de nouvelles personnes pour suivre la formation de moniteur PSC1 et étoffer l'équipe départementale et régionale.

#### Participation Atelier Sportif Salon Européen de l'Education

La salariée de l'UFOLEP a participé avec l'équipe régionale aux séances d'initiation sportive durant le salon européen de l'éducation organisée par la Ligue de l'enseignement.

Ce rapport d'activité permet de mesurer la mise en œuvre du projet de développement de l'UFOLEP 93. Progressivement, le comité se réinscrit dans le paysage départemental.