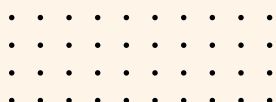




LIVRET PRATIQUE À DESTINATION DES RÉFÉRENTS SPORT EN ÉTABLISSEMENTS ET SERVICES MÉDICO-SOCIAUX





INTRODUCTION

Nous sommes ravis de vous présenter notre livret destiné aux référents sport, fruit de la collaboration entre l'Agence Régionale de Santé (ARS) Ile-de-France, la Ligue Sport Adapté Ile-de-France et l'Institut médico-éducatif (IME) l'Oasis de l'association AEDE. Ce livret a été conçu avec des professionnels du sport, du médico-social et des familles de personnes concernées, qui ont pu apporter leur expertise et nous les remercions chaleureusement. Il contient des informations essentielles pour mieux appréhender les actions menées par la Ligue Sport Adapté Ile-de-France et a pour objectif de fournir les ressources essentielles pour mettre en place des actions en faveur du Sport Adapté auprès des personnes en situation de handicap dans les établissements et service médico-sociaux (ESMS).

Qu'est-ce que le Sport Adapté ?

Le Sport Adapté rassemble l'ensemble des activités physiques et sportives pour les personnes présentant une déficience intellectuelle, des troubles psychiques et/ou des troubles du neuro-développement ayant besoin d'un aménagement particulier ou non pour la pratique d'une activité sportive.

Le Sport Adapté est représenté par une fédération. La Fédération Française du Sport Adapté œuvre, au travers de ses organes déconcentrés, pour permettre à chaque personne de pratiquer une activité physique adaptée régulière en fonction de ses capacités.

Il existe 2 fédérations sportives multisports en France qui œuvrent pour le sport handicap :

- FFSA - La Fédération Française du Sport Adapté (handicap mental et/ou psychique)
- FFHandisport - La Fédération Française Handisport (handicap moteur ou sensoriel)

Le sport, vecteur de bien-être et de lien social, démontre constamment ses bienfaits pour la santé physique et mentale, ainsi que pour le développement de liens sociaux. L'accès au sport est un droit fondamental, ancré dans des valeurs d'égalité, de solidarité et d'inclusion.

L'ARS Île-de-France intensifie son soutien aux initiatives visant à rendre le sport accessible à tous en particulier aux personnes en situation de handicap. En partenariat avec la Ligue Sport Adapté Île-de-France, notre objectif est d'offrir à chaque personne accueillie en établissement ou service médico-social handicap la possibilité de pratiquer le sport de son choix, adapté à ses envies, à ses besoins et à ses capacités, que ce soit à des fins de loisir ou de compétition.

Pour ce faire, la Ligue Sport Adapté Île-de-France, avec l'appui de l'ARS Île-de-France, lance un programme ambitieux visant à :

- améliorer la communication auprès des personnes en situation de handicap et des professionnels du secteur médico-social pour encourager la pratique sportive adaptée ou non, sensibiliser aux bienfaits de l'activité physique et valoriser l'excellence sportive du niveau loisir au compétitif ;
- accompagner les établissements volontaires dans l'élaboration de leurs projets sportifs ;
- organiser des défis, des journées découvertes sportives que ce soit au sein des établissements ou à l'extérieur ;
- soutenir l'émergence d'écoles multisports adaptées.

Ce partenariat actif répond aux besoins variés des personnes en situation de handicap, tout en soutenant les professionnels médico-sociaux dans la construction d'un projet d'établissement intégrant pleinement la dimension sportive.

Solenne DE ZELICOURT

Directrice adjointe de l'Autonomie

SOMMAIRE

- P.5** LE SPORT ADAPTÉ
- P.7** PRÉSENTATION DE LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DU SPORT ADAPTÉ
- P.11** L'ACTIVITÉ PHYSIQUE, SES BIENFAITS ET LES RISQUES LIÉS À LA SÉDENTARITÉ
- P.14** L'ACTIVITÉ PHYSIQUE DANS LES ÉTABLISSEMENTS ET SERVICES MÉDICO-SOCIAUX ET EN CLUBS
- P.16** LES RÉFÉRENTS SPORT EN ÉTABLISSEMENTS ET SERVICES MÉDICO-SOCIAUX
- P.21** LE PROJET SPORTIF INDIVIDUEL
- P.23** LES DISPOSITIFS PORTÉS PAR LA LIGUE SPORT ADAPTÉ D'ILE-DE-FRANCE
- P.35** LA FORMATION À LA LSAIDF
- P.37** AFFILIATION ET FINANCEMENTS
- P.44** LA BOÎTE À QUESTIONS
- P.46** LES CONTACTS UTILES



01

LE SPORT ADAPTÉ (SA)

PRÉSENTATION DU SPORT ADAPTÉ

Le Sport Adapté regroupe les activités physiques et sportives dont les règles ont été aménagées pour qu'elles puissent être pratiquées par des personnes présentant une déficience intellectuelle, des troubles psychiques et/ou des troubles du neuro-développement.

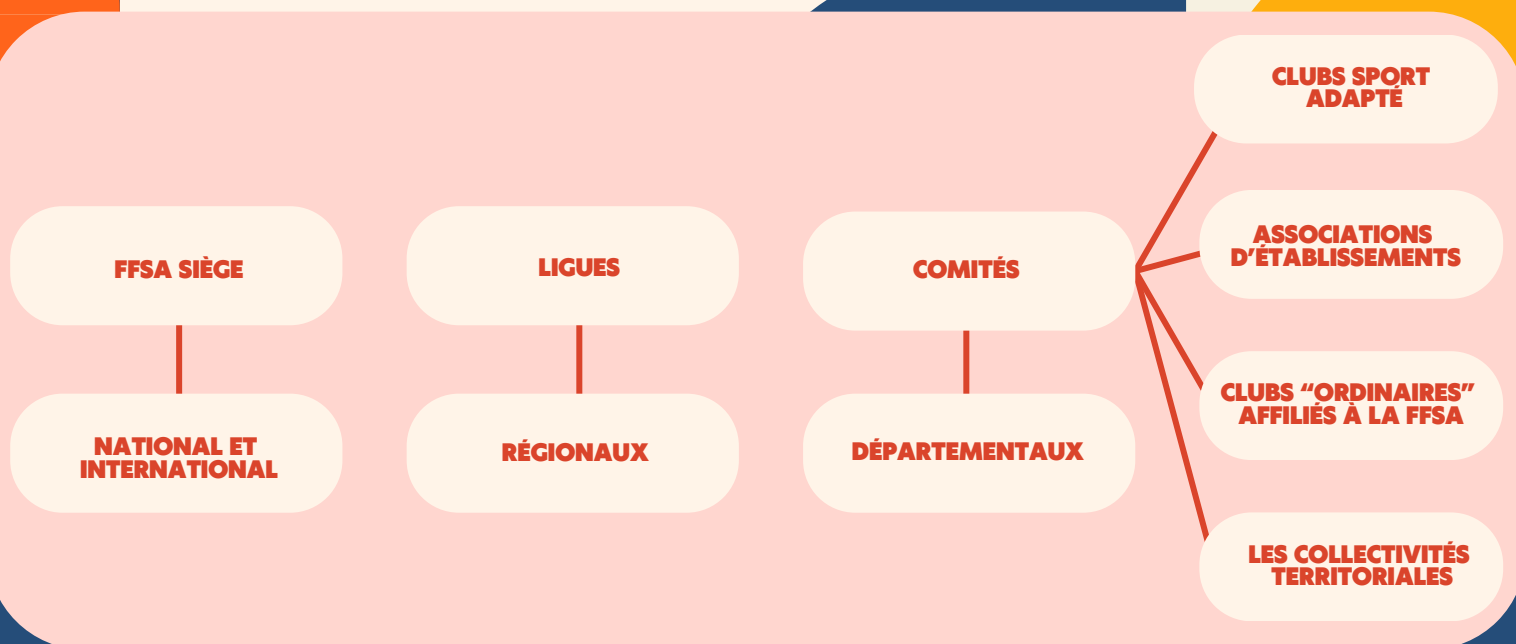
Le Sport Adapté permet à toute personne en situation de handicap de participer à des activités sportives adaptées à ses besoins et capacités. Il vise également à offrir la possibilité de vivre la passion du sport de son choix, dans un environnement sécurisé et propice à la performance où chacun peut s'épanouir, progresser à son rythme et exercer sa citoyenneté.

02

PRÉSENTATION DE LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DU SPORT ADAPTÉ (FFSA)



ORGANISATION ET RÔLE DE LA FFSA



PRÉSENTATION DE LA FÉDÉRATION FRANÇAISE DU SPORT ADAPTÉ (FFSA)

La Fédération Française du Sport Adapté (FFSA) a reçu depuis 1977 délégation du ministère des Sports pour organiser, développer, coordonner et contrôler la pratique des activités physiques et sportives pour les personnes présentant une déficience intellectuelle, des troubles psychiques et/ou des troubles du neuro-développement.

Il s'agit de personnes (enfants, adolescents, adultes, personnes âgées) présentant soit :

- Une déficience intellectuelle légère, moyenne ou profonde à laquelle peuvent être associés des handicaps physiques ou sensoriels (personnes polyhandicapées) ;
- Des troubles psychiques ;
- Des troubles du neuro-développement.

LA LIGUE SPORT ADAPTÉ D'ÎLE-DE-FRANCE (LSAIDF)

La principale mission de la ligue est de permettre à toutes les personnes concernées d'accéder à une pratique sportive dans les meilleures conditions.

Elle travaille activement à la structuration et au développement du Sport Adapté en Île-de-France, en proposant une formation qualifiante à destination des professionnels du secteur sportif. L'objectif est de s'assurer que tous les acteurs impliqués soient parfaitement formés pour accompagner au mieux les pratiquants.

Elle aide à la création d'associations sportives accueillant les personnes en situation de handicap et favorise l'inclusion en accompagnant le développement de sections Sport Adapté au sein des clubs.

Enfin, la ligue communique auprès du grand public afin de sensibiliser à l'importance du Sport Adapté et de favoriser son développement. Son objectif est de créer un environnement où chaque individu, quel que soit son handicap, puisse s'épanouir à travers la pratique sportive adaptée de son choix.

Site internet :

[Accueil | Ligue de Sport Adapté d'Île-de-France \(sportadapteiledefrance.org\)](http://sportadapteiledefrance.org)

COMITÉ DÉPARTEMENTAL SPORT ADAPTÉ (CDSA)

Le Comité Départemental Sport Adapté a pour objectif principal de développer et d'animer la pratique sportive au niveau départemental.

Cette mission s'articule autour :

- D'un calendrier sportif départemental ;
- De projets de développement et de sensibilisation au Sport Adapté ;
- D'une aide apportée aux clubs affiliés à la FFSA ou désireux d'accueillir des personnes en situation de handicap.

De nombreuses journées découvertes sont organisées tout au long de l'année par les CDSA afin de sensibiliser les personnes en situation de handicap, ainsi que les ESMS.

Pour toute information sur les différentes activités proposées dans votre département, veuillez contacter le CDSA de votre département (**cf. tableau contacts ligue et CDSA, p. 47**)

LE CONSEILLER TECHNIQUE FÉDÉRAL (CTF)

La Ligue Sport Adapté d'Île-de-France, avec ses Comités Départementaux Sport Adapté (CDSA) et Conseillers Techniques Fédéral (CTF), mène une politique en faveur du développement des activités physiques et sportives en direction des personnes en situation de handicap.

Chaque CDSA d'Île-de-France, emploie un ou plusieurs CTF, ces derniers sont une ressource à laquelle vous pouvez vous adresser en cas de besoin. Le CTF développe les programmes sportifs spécialement conçus pour les personnes en situation de handicap. En étroite collaboration avec les associations, les éducateurs sportifs, et les clubs sportifs locaux, il favorise le développement du Sport Adapté de proximité.

Le CTF organise des journées découvertes et de sensibilisation au Sport Adapté, ainsi que des championnats. Ces initiatives permettent aux personnes accompagnées dans les ESMS de découvrir et de pratiquer régulièrement le sport de leur choix, adapté à leur niveau d'autonomie, au sein d'un club affilié à la FFSA.

Par ailleurs, il peut aussi dispenser des sessions de Sport Adapté dans les établissements et services médico-sociaux qui ne bénéficient pas de la présence d'un éducateur sportif.

C'est une ressource précieuse à laquelle vous pouvez vous référer pour obtenir les informations nécessaires au développement de la pratique physique et sportive au sein de votre établissement ou service. Vous trouverez leurs coordonnées dans la section « Contacts » à la fin de ce livret (p.47). Le CDSA vous mettra en contact direct avec son CTF.



03

**L'ACTIVITÉ
PHYSIQUE, SES
BIENFAITS ET
LES RISQUES
LIÉS A LA
SÉDENTARITÉ**

L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

Un mode de vie sédentaire entraîne, entre autres, une augmentation du risque de mortalité. Les personnes ayant une activité physique insuffisante ont un risque de décès majoré par rapport à celles qui sont suffisamment actives. Elles s'exposent à un risque important de développer de nombreuses pathologies.

Si les bienfaits d'une activité physique régulière pour la santé ne sont plus à démontrer. Il est important de souligner que la pratique sportive pour les personnes en situation de handicap permet également :

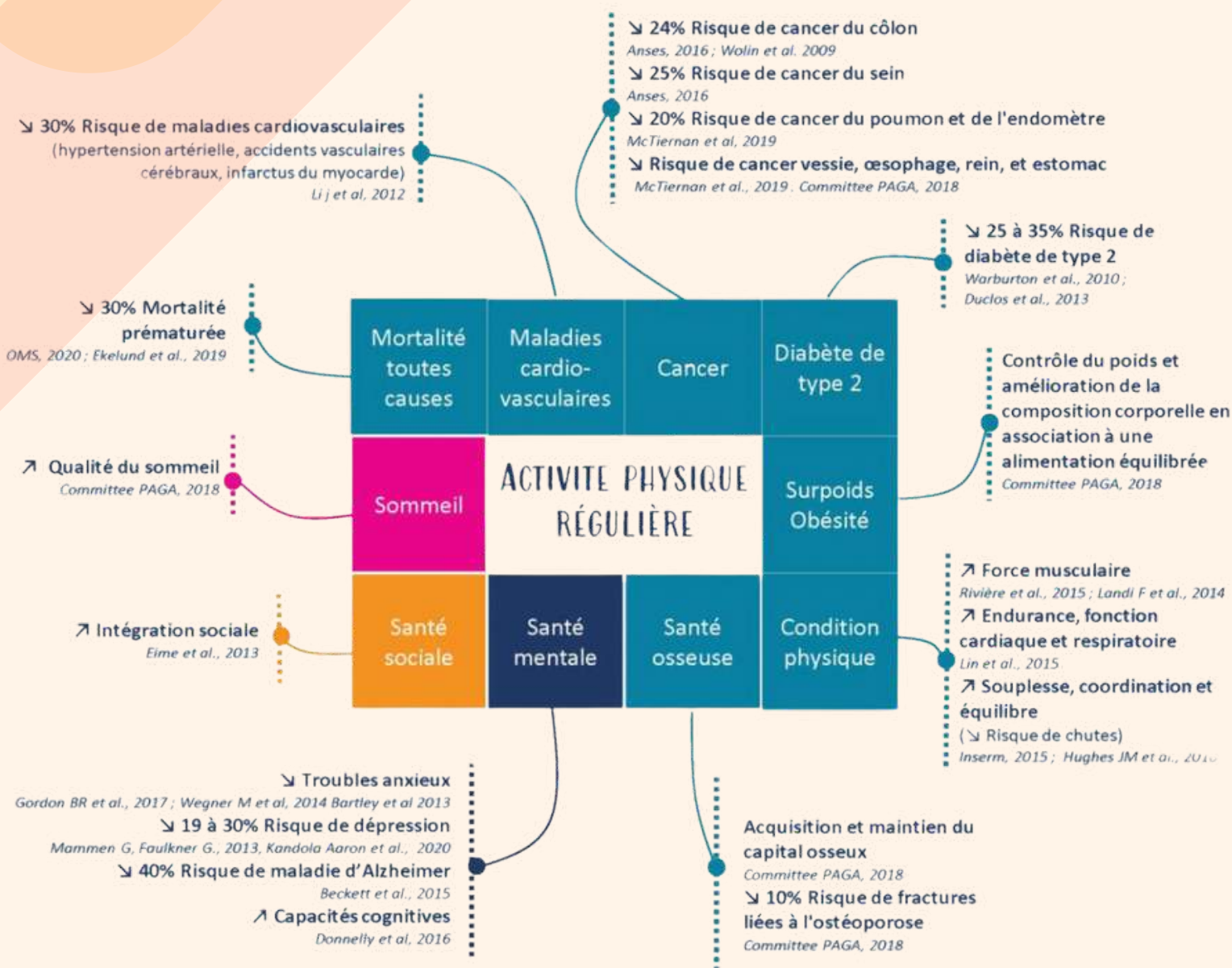
- l'acquisition de compétences motrices ;
- le développement des relations avec l'environnement ;
- la lutte contre le repli sur soi et l'isolement.

Sources :

[Activité physique \(who.int\)](http://who.int)

[Sport et handicap - VIDAL](#)





Source : ONAPS - <https://onaps.fr/les-impacts-sanitaires/>



04

**L'ACTIVITÉ
PHYSIQUE DANS
LES
ÉTABLISSEMENTS
ET SERVICES
MÉDICO-SOCIAUX
ET EN CLUBS**



EN ÉTABLISSEMENT ET EN SERVICE

La pratique d'une activité physique régulière est fortement encouragée.

La mise en place d'activités physiques et sportives (APS) au sein des établissements et services médico-sociaux nécessite la présence d'un professionnel diplômé conformément à l'article L212-1 du Code du Sport.

Depuis le 2 mars 2022, tous les établissements sont dans l'obligation de nommer un référent sport dont les missions vous sont présentées (p.17-18).

Les établissements accueillant un public enfant sont dans l'obligation de proposer quotidiennement un temps de 30 minutes minimum consacré à la pratique d'une activité physique.

Article L212-1 - [Code du sport - Légifrance \(legifrance.gouv.fr\)](https://www.legifrance.gouv.fr/lois/loi/2022/3/2)

EN CLUB



Les établissements ont la possibilité de collaborer avec les clubs sportifs mais peuvent également encourager les personnes accueillies à s'inscrire individuellement au sein des clubs.

Les jeunes assimilent des techniques propres à une discipline sportive.

Ils apprennent à mouvoir leur corps et à se repérer dans l'espace, tout en pratiquant une activité physique adaptée à leurs besoins.

Les activités peuvent être classées en 5 domaines :

- Activités de coopération (sports collectifs)
- Activités en pleine nature (VTT, vélo, escalade, activités aquatiques, ...)
- Activités d'expression (cirque, gymnastique, danse, ...)
- Activités d'opposition (sports de combat, raquette, ...)
- Activités de performance (athlétisme, tir à l'arc, ...)



05

LES RÉFÉRENTS SPORT EN ÉTABLISSEMENTS ET SERVICES MÉDICO-SOCIAUX

LE RÔLE DU RÉFÉRENT SPORT

Les référents sport jouent un rôle essentiel en encourageant une culture active et dynamique au sein de leurs établissements, en impulsant la philosophie du "mieux bouger".

NOMINATION

Décret n° 2023-621 du 17 juillet 2023 relatif au référent sport : visant à la démocratisation du sport en France en promouvant l'activité physique et sportive au sein des ESMS.

La note d'information interministérielle du 29 février 2024 vise à définir les missions des référents sport pour le développement de l'activité physique et sportive des personnes en situation de handicap en ESMS ainsi qu'à définir les modalités de déploiement des 30 minutes d'activité physique quotidienne pour les enfants.

Le décret prévoit que le référent pour l'activité physique et sportive soit désigné parmi l'ensemble des professionnels de l'établissement.

Le directeur recueille l'accord de l'intéressé et s'assure qu'il dispose, sur son temps de travail, des disponibilités nécessaires à l'exercice de ces fonctions.



LES MISSIONS DU RÉFÉRENT SPORT

Missions obligatoires :

- Informer régulièrement les personnes accompagnées par l'établissement sur l'offre d'activité physique et sportive assurée au sein de l'établissement et à proximité, (clubs, associations, CDSA, LSAIDF de la FFSA etc).
- Informer le conseil de la vie sociale ou toute autre instance de participation instaurée au sein de l'établissement, ainsi que les familles des personnes accompagnées, les représentants légaux dans le cas des mineurs, les personnes responsables de la mesure de protection juridique pour les adultes sous tutelle avec représentation légale concernant la personne, et les personnes de confiance (en collaboration avec les professionnels travaillant dans l'établissement).

Missions facultatives :

- Élaborer un plan personnalisé d'activité physique au sein du projet personnalisé de la personne accompagnée.
- Être sollicité par les référents APS en ARS et en Délégation Régionale Académique à la Jeunesse, à l'Engagement et au Sport (DRAJES) pour obtenir des données relatives à la pratique d'APS au sein de l'établissement.
- Développer des partenariats avec des acteurs du mouvement sportif.

Pour avoir plus de détails vous pouvez vous référer à la note interministérielle.

Lien de la note interministérielle :

<https://www.education.gouv.fr/bo/2024/Hebdo14/TSSA2406737N>

FORMATION CONTINUE

Le directeur assure, par le biais de la formation continue, le développement des compétences du référent sport nécessaires à l'exercice de ses fonctions.



BON À SAVOIR

Pour pouvoir participer au Championnat Régional, les sportifs doivent avoir :

- Une licence compétitive FFSA pour la saison en cours ;
- Une tenue sportive adaptée à la pratique.

Pour pouvoir s'inscrire dans un club de sport, il est nécessaire de souscrire à une licence sportive, elle permet de participer aux activités organisées par le club, elle est obligatoire et permet aussi d'être couvert par l'assurance de la fédération en cas d'accident. À la FFSA, la licence est multisport et donne le droit de pratiquer toutes les disciplines avec une seule et même licence.

BON À SAVOIR

LE CERTIFICAT MÉDICAL DANS LE SPORT

POUR LES MINEURS

Depuis la loi du 2 mars 2022, le certificat médical de non contre-indication à la pratique sportive n'est plus obligatoire pour la prise de licence pour les personnes mineures.

En revanche, les parents ou le responsable légal doivent répondre au questionnaire de santé QS-Sport. Attention, selon les réponses données sur le questionnaire, un certificat médical de non-contre indication à la pratique sportive peut être exigé.

Lien du questionnaire de santé QS-Sport : [REPUBLIQUE FRANCAISE \(service-public.fr\)](https://service-public.fr).

POUR LES ADULTES

Pour les adultes, la FFSA impose de fournir un certificat médical, valable 3 ans, lors de la première prise de licence.

Chaque ESMS est libre d'exiger un certificat médical de non contre-indication à la pratique sportive, chaque année, pour chaque personne accompagnée.



06

LE PROJET SPORTIF INDIVIDUEL



LE PROJET SPORTIF INDIVIDUEL

Le projet sportif individuel est formalisé au sein du projet personnalisé d'accompagnement.

Ce projet vise à soutenir les personnes en situation de handicap dans leur pratique sportive. Ce projet est adapté aux besoins et aux capacités de chaque individu et peut inclure des objectifs de développement personnel, de bien-être, de compétition ou de loisir.

Il est élaboré en collaboration avec les personnes en situation de handicap, leur représentant légal, leur famille, les entraîneurs et les professionnels du domaine sportif et médico-social pour garantir une approche globale et inclusive.

Avant de commencer à rédiger le projet sportif, il est nécessaire d'organiser une rencontre avec la personne en situation de handicap, son représentant légal, sa famille et de donner la possibilité à la personne d'effectuer des séances d'essai afin de découvrir les sports avec lesquels elle se sent à l'aise.

Le projet sportif individuel vise à favoriser l'autonomie, l'inclusion sociale et le plaisir de la pratique sportive pour tous les membres de la fédération.

Cet outil est dédié à l'accompagnement du sportif. Sa réalisation permet de définir les objectifs sur une durée déterminée et d'en fixer de nouveaux une fois ceux-ci acquis.

CONCRÈTEMENT

- Le projet sportif individualisé doit être en lien avec la continuité de son projet de vie ou de son projet personnalisé de scolarisation ;
- Il est important d'évaluer les capacités de la personne accompagnée sur les plans psychomoteur, psycho cognitif, de la communication et de la scolarisation ;
- Le projet sportif individualisé est rédigé par les professionnels de l'ESMS ;
- Vous pouvez vous référer à la note d'information interministérielle du 29 février 2024. Lien de la note interministérielle :

<https://www.education.gouv.fr/bo/2024/Hebdo14/TSSA2406737N>

07

**LES DISPOSITIFS
PORTÉS PAR LA
LIGUE SPORT
ADAPTÉ D'ILE-DE-
FRANCE**



La Ligue Sport Adapté d'Île-de-France et ses CDSA organisent des rencontres sportives entre établissements et services médico-sociaux. L'objectif de ces journées sportives est de permettre aux personnes accompagnées de se rencontrer. Des stages d'apprentissage du vélo ou de la natation, des journées découvertes permettant d'explorer différentes disciplines sportives et des championnats départementaux et régionaux sont organisés.

Vous avez la possibilité de consulter le calendrier fédéral (<https://calendrier.ffsportadapte.fr/>) ou le site de la ligue ou du CDSA concerné.



Le sport adapté jeunes

Le Sport Adapté Jeunes (SAJ) est un secteur à part entière de la Fédération Française du Sport Adapté. Il regroupe l'ensemble des programmes destinés à tous les jeunes présentant une déficience intellectuelle, des troubles psychiques et/ou des troubles du neuro-développement âgés de moins de 21 ans.

POURQUOI LE SPORT ADAPTÉ ?

- Apporter des réponses aux besoins des jeunes présentant une déficience intellectuelle, des troubles psychiques et/ou des troubles du neuro-développement : recherche de plaisir d'être ensemble, de bien-être, de bonne santé et amélioration de l'estime de soi ;
- Développer des capacités sur le plan physique, cognitif, psycho-affectif et social ;
- Permettre une égalité des chances pour développer leurs talents sportifs à travers la vie associative sportive.

LES PERSONNES CONCERNÉES PAR LE SPORT ADAPTÉ JEUNES

- Pour les enfants et adolescents accompagnés en établissements spécialisés tels que les instituts médico-éducatifs, les instituts thérapeutiques éducatifs et pédagogiques, les maisons d'enfants à caractère social (MECS), les hôpitaux de jour, les centres médico-psycho-pédagogiques (CMPP)... ;
- Pour les enfants et adolescents non accompagnés en établissements spécialisés, mais reconnus par la Maison Départementale des Personnes Handicapées (MDPH), ou en cours de reconnaissance ;
- Jeunes inscrits dans un club affilié à la FFSA ;
- Les enfants en situation de handicap mental et/ou psychique, ou présentant des troubles de l'apprentissage et des difficultés d'adaptation, scolarisés en unité localisées pour l'inclusion scolaire (ULIS).

LES ACTIONS SPORT ADAPTÉ JEUNES EN ÎLE DE FRANCE

«**Je découvre**» : organisation de multiples journées découvertes par les CDSA franciliens, de journées inter-établissements et de journées sports de nature.

«**Je joue**» : mise en place de cycles d'apprentissages, de stages sportifs et des dispositifs ministériels «Aisance Aquatique», «J'apprends à nager», «Savoir Rouler à Vélo – Adapté – Accompagné».

«**Je m'entraîne**» : organisation de stages de perfectionnement, de détection, pour les jeunes à potentiel, organisation de championnats départementaux et régionaux.

BON À SAVOIR

La Ligue Sport Adapté d'Île-de-France organise 5 championnats régionaux exclusivement réservé aux jeunes :



Para tennis de table adapté



Para athlétisme adapté



Para football adapté



Para basket adapté



Para natation adaptée*

*Pour le championnat para natation adapté SAJ, le sportif doit avoir préalablement validé le test du sauv'nage (BC, CD) ou du test de l'explora nage (AB).

Afin de passer ce test, rapprochez-vous de votre CDSA.



Les activités motrices

QU'EST-CE QUE LES ACTIVITÉS MOTRICES ?

Les activités motrices constituent le mode d'accès à la pratique d'activités physiques adaptées aux personnes qui en sont le plus éloignées.

Les activités motrices s'inscrivent dans le champ des pratiques non-compétitives. Elles s'adaptent par leurs formes et leurs contenus aux capacités singulières des sportifs et permettent de répondre à leurs besoins en s'intégrant au projet individuel de la personne.

LES ACTIVITÉS MOTRICES PROPOSÉES

- L'adaptation au milieu physique dans un environnement stable ou incertain (marche, activités en rapport avec l'air, l'eau...);
- Le développement des capacités (activités athlétiques, aquatiques, duelles);
- L'adaptation au milieu humain par des actions à visées expressives et esthétiques (activités physiques d'expression : danse, expression corporelle, arts du cirque...).



**Sport Santé : « Bouger avec
le Sport Adapté »**

« **Bouger avec le Sport Adapté** » est un programme d'activités physiques et sportives adaptées, dont les conditions de pratique permettent de maintenir ou d'améliorer l'état de santé et favoriser une vie active pour les personnes présentant une déficience intellectuelle, des troubles psychiques et/ou des troubles du neuro-développement.

Objectifs du programme :

- Adopter une vie active
- Acquérir une bonne hygiène de vie
- Favoriser l'autonomie physique
- Promouvoir la santé
- Augmenter son niveau d'activité physique à intensité modérée chaque jour
- Accompagner un projet en activité physique et sportive pour tous, quelles que soient les capacités des personnes

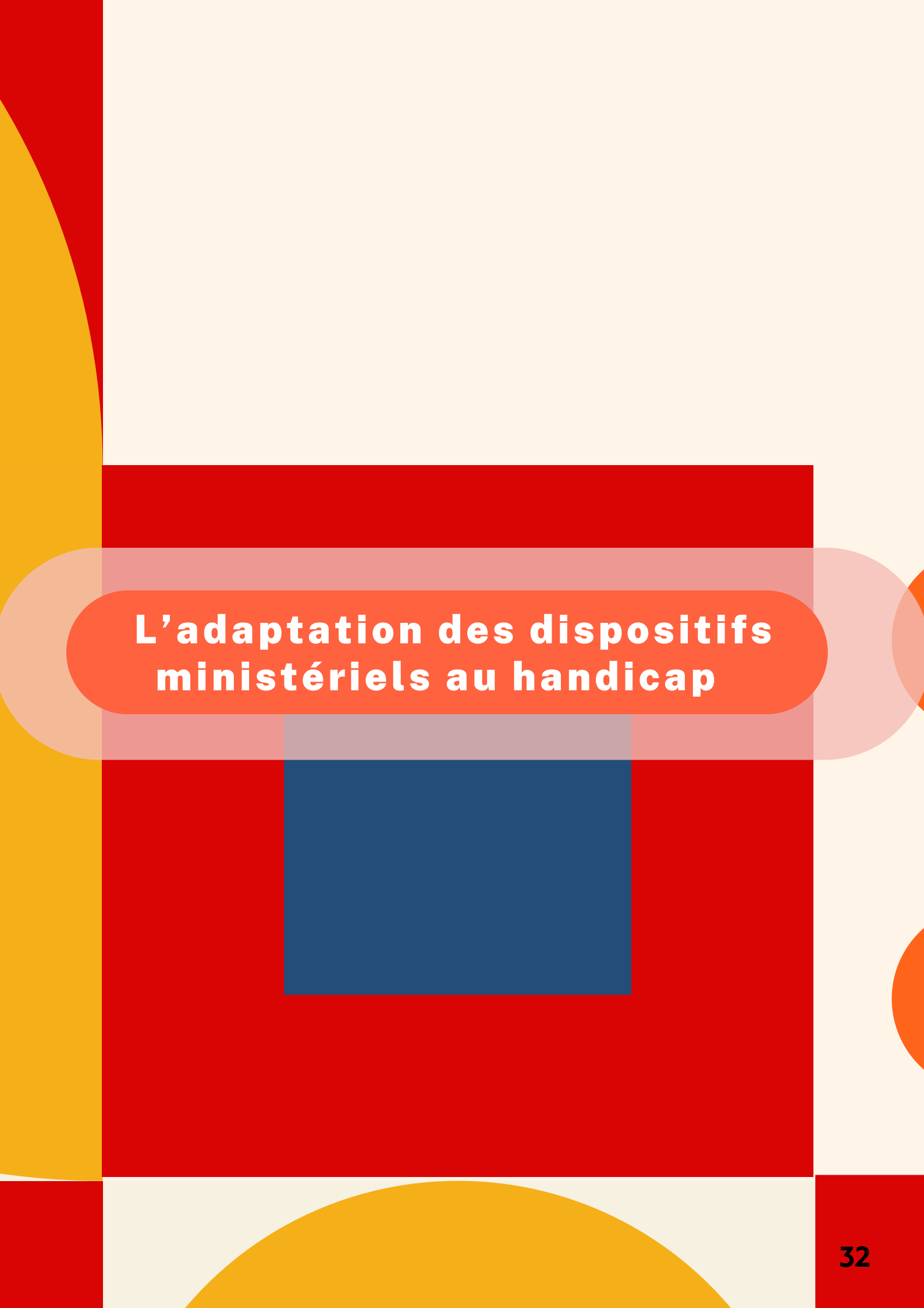
Ce qui est proposé :

Des séances d'activités physiques et sportives régulières et à intensité modérée sur l'ensemble du territoire national, adaptées aux personnes en situation de handicap.
Un réseau de partenaires dans l'accompagnement à la mise en place du programme.

Les outils mis en place :

- Un carnet individuel « Facile à lire et à comprendre » pour accompagner les pratiquants
- Un outil pour évaluer l'impact du programme sur la santé des pratiquants
- Un guide méthodologique « Projet en activités physiques sportives et artistiques et santé » pour mettre en place des actions simples
- Des évaluations adaptées aux capacités des pratiquants en situation de handicap

Si vous souhaitez mettre en place le programme « Bouger avec le Sport Adapté » au sein de votre établissement, vous pouvez contacter le CDSA de votre département qui vous accompagnera dans les démarches. (contact p.47)

The background features a complex arrangement of geometric shapes. A large red rectangle occupies the central portion of the page. Overlaid on this is a horizontal band consisting of a light pink rounded rectangle, which in turn contains a darker orange rounded rectangle. The text is centered within this orange rectangle. Below the pink band is a solid blue rectangle. To the left of the central red area, there is a large yellow curved shape. At the bottom, a yellow semi-circle is visible on the left, and a red rectangle is on the right.

L'adaptation des dispositifs ministériels au handicap



STAGES : SAVOIR ROULER À VÉLO ADAPTÉ (SRAVA)

Le savoir roulé à vélo adapté (SRAVA), est un programme interministériel d'apprentissage du vélo, il a été décliné pour les personnes en situation de handicap jusqu'à 30 ans, on parle alors de Savoir Rouler à Vélo Adapté et/ou Accompagné.

Objectifs :

Les stages permettent de développer l'acquisition de l'équilibre, de la propulsion et de la mobilité en sécurité.

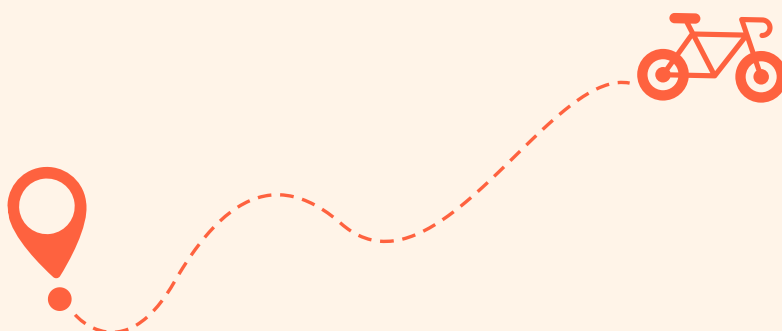
Le Savoir Rouler à Vélo Adapté Accompagné a pour objectif de permettre aux personnes concernées d'acquérir les bons réflexes pour circuler en réelle autonomie et en toute sécurité.

Dans le contexte du SRAVA, le programme s'adresse aux jeunes et aux autres personnes identifiées par les éducateurs spécialisés ou les éducateurs sportifs comme ne pouvant pas rouler seuls en circulation ouverte.

En pratique :

- Ils sont encadrés par des professionnels du sport et du handicap formés aux techniques du SRAVA
- Ils ont une durée de 10 à 30 heures
- Ils concernent un ou plusieurs blocs du SRAV
- Ils font l'objet d'un suivi individualisé grâce au livret pédagogique du jeune
- Stage condensé sur plusieurs jours ou créneaux réguliers sur plusieurs semaines

Pendant les stages, un accompagnement individuel est possible et des adaptations peuvent être apportées en fonction des besoins des personnes bénéficiaires.



STAGE : SAVOIR NAGER



Programme interministériel, d'apprentissage à la natation.

Objectif :

Développer l'Aisance Aquatique pour prévenir les noyades.

Le savoir nager se décline en deux programmes :

- Aisance aquatique :

L'apprentissage de la natation commence dès le plus jeune âge avec une adaptation au milieu aquatique. Les enseignements peuvent être effectués selon plusieurs modalités et s'adressent aux enfants en situation de handicap de 6 à 18 ans.

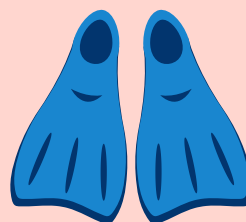
- J'apprends à nager :

Valorisé par l'attestation du savoir nager en sécurité, cette nouvelle étape permet d'acquérir les compétences techniques de nage pour assurer sa propre sécurité dans l'eau. Les stages « J'apprends à nager » sont accessibles jusqu'à 18 ans pour les personnes en situation de handicap.

En pratique :

- Ils sont encadrés par des professionnels du sport et du handicap formés aux techniques du savoir nager
- Ils ont une durée de 10 heures
- Ils concernent un ou plusieurs apprentissages (mettre la tête sous l'eau et savoir se déplacer dans un milieu aquatique...)
- À la fin du stage un diplôme (l'explora'nage et/ou le sauv'nage) est délivré aux participants qui auront validés les différents paliers
- Ils sont condensés sur plusieurs jours ou créneaux réguliers sur plusieurs semaines

Pendant les stages, un accompagnement individuel est possible et des adaptations peuvent être apportées en fonction des besoins des personnes bénéficiaires.





08

LA FORMATION À LA LSAIDF



**OPTIMISEZ VOTRE POTENTIEL
AVEC DES OUTILS DE
FORMATION SPÉCIALISÉE**

ATTESTATION DE QUALIFICATION SPORT ADAPTÉ (AQSA)

La Ligue Sport Adapté d'Île-de-France propose une formation qualifiante à destination des professionnels du sport pour développer l'acquisition de compétences afin d'intervenir auprès de personnes en situation de handicap : l'Attestation de Qualification Sport Adapté.

L'AQSA est une formation fédérale complémentaire qui apporte une connaissance sur les caractéristiques des personnes présentant une déficience intellectuelle, des troubles psychiques et/ou des troubles du neuro-développement, et leur contexte de pratique sportive. Elle permet aux professionnels d'acquérir des compétences dans la conception des interventions pédagogiques pour permettre aux personnes en situation de handicap de comprendre et progresser dans une discipline sportive tout en respectant la logique de l'activité.

Les formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap.

A QUI S'ADRESSE CETTE FORMATION ?

Les professionnels diplômés du milieu sportif (pour les 3 modules)

- Diplôme Jeunesse et Sport : BPJEPS, DEJEPS, DESJEPS ;
- Diplôme de l'enseignement supérieur : DEUG, DEUST et Licence STAPS ;
- Diplôme de la branche Sport : CQP ;
- Diplôme fédéral (en fonction de la discipline sportive).

Pour plus d'informations concernant cette formation, vous pouvez consulter le site : <https://www.sportadapteiledefrance.org/Formations> ou prendre contact avec la Ligue Sport Adapté d'Île-de-France.

09

AFFILIATION ET FINANCEMENTS





Affiliation

COMMENT METTRE EN PLACE DU SPORT ADAPTÉ DANS SON ÉTABLISSEMENT ?

AFFILIATION

1-FLD (Forfait Licence Développement) : ce forfait est destiné aux établissements et services accueillant des personnes présentant une déficience intellectuelle, des troubles psychiques et/ou des troubles du neuro-développement. Il permet de pouvoir bénéficier d'un tarif préférentiel sur les licences pour l'ensemble des personnes accompagnées au sein de l'établissement.

Une adhésion est requise pour pouvoir ensuite bénéficier d'une réduction de 50% sur le total des licences souscrites.

En contrepartie, l'établissement ou le service s'engage à licencier l'ensemble des personnes inscrites dans l'établissement. Afin de pouvoir bénéficier de ce forfait, l'établissement doit se rattacher à une association sportive affiliée à la FFSA, pour cela nous vous invitons à contacter le CDSA de votre département pour vous accompagner dans cette démarche,

2- Création d'une association sportive : vous avez la possibilité de créer une association sportive au sein de votre établissement et de l'affilier à la FFSA. Cela vous permettra de souscrire au Forfait Licence Développement ou à des licences individuelles si vous ne souhaitez pas licencier l'ensemble des personnes accompagnées. Nous vous invitons à vous rapprocher du CDSA de votre département pour vous accompagner dans les démarches.

3- Vous ou les familles des personnes accompagnées peuvent également souscrire une licence individuelle auprès d'un club affilié à la FFSA.

Il est vivement recommandé de prendre contact avec le CDSA de votre département afin qu'ils puissent vous accompagner et vous proposer le dispositif le plus approprié au regard de votre projet.

Vous pouvez également retrouver toutes les informations sur le site : [Se licencier - Sport Adapté \(sportadapte.fr\)](https://www.sportadapte.fr)

LES SPORTS PRATIQUÉS

À la FFSA toutes les disciplines sont proposées (fédération multisports).

TARIFS

Plusieurs types de licences existent. Vous pouvez obtenir plus d'informations auprès du CDSA de votre département.



Aides financières possibles

LES AIDES FINANCIÈRES ATTRIBUÉES AUX ESMS AYANT UNE ASSOCIATION SPORTIVE AFFILIÉE À LA FFSA

- **Projet Sportif Fédéral** : après 1 an d'affiliation à la Fédération Française du Sport Adapté l'association sportive a la possibilité de demander une subvention Projet Sportif Fédéral auprès de l'Agence Nationale du Sport si le projet d'établissement correspond aux critères définis par la FFSA ;
- **Aide financière matériel sportif** : prise en charge de 80% du prix du matériel sportif pour les associations sportives affiliées à la FFSA en Île-de-France (appel à projet qui a lieu une fois par an) ;
- **Réduction Idéma Sport** : bénéficier de 10% de réduction pour l'achat de matériel sportif auprès du fournisseur Idéma Sport (toute l'année) ;
- **Aides financières locales** : collectivités territoriales, conseils départementaux, mairies ;
- Dons, mécénats auprès d'entreprises sensibles au handicap.

Pour toutes informations complémentaires, vous pouvez contacter le CDSA de votre département. (contact p.47)

AIDES FINANCIÈRES À DESTINATION DES PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

LE DISPOSITIF PASS'SPORT

Le dispositif Pass'Sport est une déduction de 50 € pour l'inscription dans un club sportif.

Ce coupon de déduction est personnel et utilisable une seule fois par an auprès de l'association sportive choisie.

Ce dispositif est une aide cumulable avec les autres aides mises en place par les collectivités départementales et régionales.

Il peut vous aider à financer les frais liés à la prise d'une licence.

Si vous souhaitez obtenir davantage d'informations concernant le dispositif Pass'Sport rendez-vous sur le site [Pass'Sport : une aide financière à la pratique sportive | sports.gouv.fr](https://sports.gouv.fr)

COMMENT L'OBTENIR ?

Sont éligibles :

- Les jeunes de 6 à 20 ans bénéficiant de l'allocation d'éducation de l'enfant handicapé (AEEH) ;
- Les jeunes de 6 à 30 ans bénéficiant de l'allocation aux adultes handicapés (AAH).

Les personnes éligibles n'ont pas besoin d'effectuer de démarches. Si vous remplissez les critères d'éligibilité et que vous n'avez pas encore reçu votre code Pass'Sport, veuillez contacter votre MDPH.

Le Pass'Sport n'est pas une aide automatiquement renouvelée chaque année. Nous vous recommandons donc de rester informé quant à sa reconduction.



TABLEAU DES AIDES PAR DÉPARTEMENTS POUR LES USAGERS

Département	Nom du dispositif	Liens des aides	Qui contacter
75	Réduc'Sport d'un montant de 50 €	Profitez du dispositif Réduc' Sport	Comité Départemental Olympique et Sportif de Paris Tél : 01.49.28.06.00
77	Aide financière de 150€ proposée par L'assurance Maladie de Seine-et-Marne	Aide financière pour la pratique d'une activité sportive	Hôtel de Ville Tél : 01 64 05 10 23 Mail : accueil@servon.fr
78/92	PASS+ une aide sport et culture pour les jeunes	Aides pour l'accès à la pratique sportive et à la culture pour les jeunes de ces départements.	UFOLEP Tél : 01 30 54 71 53 Mail : contact@ufolep78.org
91	CAF du 91, plusieurs dispositifs sont à votre disposition	Il va y avoir du sport : des aides pour faire bouger petits et grands	CAF du 91 Tél : 3230
93	Le Pass Sport 5 ème : Aide financière de 100 €	Une aide départementale de 100 euros, sous forme de e-pass, pour les élèves de 5ème de Seine-Saint-Denis	Contactez le Département de la Seine-Saint-Denis Tél : 01 43 93 93 93 Mail : contact@seinesaintdenis.fr
94	La CAF du 94 : propose le forfait loisirs jeunes cumulable avec le Pass'Sport	Le forfait loisirs jeunes est une aide financière visant à favoriser l'accès aux loisirs de proximité des enfants et adolescents de 3 à 17 ans	CAF du 94 Tél : 3230
95	Pass'agglom Sport	Roissy Pays de France lance son Pass'agglom Sport une aide de 50 euros aux - de 18 ans licenciés dans un club du territoire	Communauté d'agglomération Roissy Tél : 01 34 29 03 06

Bon à savoir ! L'aide sport et culture, dédiée aux 15-17 ans, vous permet de bénéficier d'une réduction de 100€ lorsque vous inscrivez votre enfant dans un club de sport ou une association culturelle. Plus d'informations sur LABAZ, l'application mobile de la Région Ile-de-France.

[LABAZ, l'appli bons plans de la Région pour les 15-25 ans](#)



LA BOÎTE À QUESTIONS

01

OÙ TROUVER UN CLUB ADAPTÉ ?

Nous vous recommandons de contacter en priorité votre CDSA, qui pourra vous conseiller sur les clubs de Sport Adapté à proximité.

Allez sur le site de la Ligue Sport Adapté Île de France :
<https://www.sportadapteiledefrance.org/Informations/Ou-pratiquer>

02

COMMENT S'AFFILIER À LA FFSA ?

Contactez votre CDSA qui pourra vous répondre et vous accompagner

Forfait Licence Développement (FLD) : pour les établissements médico-sociaux, licencier tous les jeunes de l'établissement auprès d'un club affilié à proximité,

Ou créer une association sportive (pour les établissements),

Ou ouvrir une section sport adapté dans son club ordinaire affilié à la FFSA (pour les clubs),

Possibilité de prendre une licence à la journée auprès du CDSA ou de la Ligue Sport Adapté IDF, cette licence est limitée à trois fois dans l'année et par sportif.

03

COMMENT PARTICIPER AUX ÉVÉNEMENTS SPORTIFS ?

Pour obtenir davantage d'informations sur ces rencontres sportives, vous pouvez consulter le calendrier fédéral : <https://sportadapte.fr/actualites/calendrier/>

Pour vous inscrire aux événements sportifs, vous pouvez contacter les CDSA ou la Ligue Sport Adapté Île de France.

04

COMMENT CHOISIR UNE DISCIPLINE SPORTIVE ?

Le Comité Paralympique et Sportif Français (CPSF) a lancé [la plateforme digitale « Trouve ton parasport »](#) afin de faciliter l'accès au sport pour les personnes en situation de handicap.

Cette plateforme vise à proposer des disciplines sportives qui correspondent le mieux possible à chaque individu, en prenant en compte différents indicateurs (les envies, le handicap, le type de pratique, les contre-indications, l'âge, les qualités physiques, les motivations).

05

OÙ TROUVER UNE STRUCTURE PARASPORTIVE ?

Il s'agit d'une plateforme dédiée aux personnes en situation de handicap, vous pouvez trouver toutes les structures parasportives à côté de chez vous.

Site internet : <https://www.handiguide.sports.gouv.fr>

The background is a vibrant orange-red color. It features several abstract geometric shapes: a yellow semi-circle at the top center, a teal semi-circle on the right side, a large yellow semi-circle at the bottom left, and a small orange semi-circle at the bottom center. A four-pointed star shape in a lighter orange color is located in the upper right corner.

LES CONTACTS UTILES

CONTACTS LIGUE ET CDSA

LIGUE SPORT ADAPTÉ IDF

Adresse mail :
contact@sportadapteiledefrance.org
Numéro à joindre :
01.45.40.71.37

CDSA 75

Adresse mail : Cdsa75@sportadapte.fr
Numéro à joindre :
06.32.99.89.32
07.71.22.63.61

CDSA 77

Adresse mail : contact@sportadapte77.org
Numéro à joindre :
06.59.88.83.92

CDSA 78

Adresse mail : contact.cdsa78@gmail.com
Numéro à joindre :
06.68.66.34.03

CDSA 91

Adresse mail : President.cdsa91@gmail.com
cdsa91.agentdeveloppement@gmail.com
Numéro à joindre :
06.28.79.85.91

CDSA 92

Adresse mail : sportadapte92@gmail.com
Numéro à joindre :
06.77.66.40.08

CDSA 93

Adresse mail : ffsa93cd@wanadoo.fr
Numéro à joindre :
06.64.63.66.78
07.68.59.30.06

CDSA 94

Adresse mail : contact@sportadapte94.org
Numéro à joindre :
06.76.23.04.46

CDSA 95

Adresse mail : ffsa.valdoise@gmail.com
Numéro à joindre :
06.60.05.30.53
06.85.85.35.76

LES ACRONYMES

ARS : Agence Régionale de Santé

FFSA : Fédération Française du Sport Adapté

ESMS : Établissements et Services Médico-Sociaux

LSAIDF : Ligue Sport Adapté d'Île-de-France

CDSA : Comité Départementaux du Sport Adapté

CTF : Conseiller technique fédéral

SA : Sport Adapté

PSF : Projet Sportif Fédéral

PP : Projet personnalisé

